

LAPORAN PENELITIAN

Masalah Psikososial dan Strategi Koping

Mahasiswa Baru UIN Sunan Kalijaga



Program Penelitian Kompetitif BOPTN 2019
Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM)
UIN Sunan Kalijaga

Peneliti:

Abidah Muflihati, S.Th.I, M.Si NIP. 19770317 200604 2 001

Arin Mamlakah Kalamika, MA NIP. 19880905 000000 1 301

PRODI ILMU KESEJAHTERAAN SOSIAL
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UIN SUNAN KALIJAGA

ABSTRAK

Abidah Muflihati, 197703172006042001, dan Arin Mamlakah Kalamika, .9880905 0000001301, Masalah Psikososial dan Strategi Koping Mahasiswa Baru UIN Sunan Kalijaga

Masalah Psikososial yang dialami mahasiswa UIN seperti kesurupan, gangguan jiwa, Kehamilan Tidak Diinginkan, Napza, baru diketahui kampus pada saat semester akhir. Masalah-masalah yang berakibat kepada terhambatnya perkuliahan mahasiswa ini kemungkinan besar telah dimulai di semester awal, namun tidak terdeteksi oleh kampus. Kemampuan koping mahasiswa dalam mengatasi masalah yang tidak efektif membuat masalah semakin buruk dan terlambat diatasi kampus. Penelitian ini bermaksud menggambarkan secara menyeluruh tentang masalah psikososial yang dihadapi mahasiswa angkatan 2018, dan strategi koping yang dilakukan mahasiswa.

Penelitian dilakukan dengan menggunakan mixmethod, metode kuantitatif deskriptif survey digunakan untuk mengidentifikasi masalah psikososial, sedangkan metode kualitatif ditempuh untuk memperdalam informasi. Responden yang diinterview dengan kuesioner berjumlah 281 dari 8 fakultas di UIN Sunan Kalijaga, dan dilakukan FGD kepada dosen dan mahasiswa terpilih.

Hasil penelitian mengungkapkan mayoritas mahasiswa baru UIN Sunan Kalijaga, dengan jumlah prosentase yang berbeda-beda, tidak mengalami masalah Psikososial. Masalah psikososial yang berbahaya antara lain; 17,4 % orang siap melakukan hubungan seks dengan pacar, 22,7 % orang menggunakan obat terlarang tanpa resep dokter, 24 % mahasiswa merasa depresi hampir sepanjang hari, 41,6 % mahasiswa tidak terbuka terhadap orang tua ketika menghadapi masalah, 56 % mahasiswa tidak yakin dapat berfikir kritis dan merasa terjebak dalam kebiasaan yang menghambat kesuksesan, 17 % mahasiswa bekerja untuk membiayai kuliahnya 49 % merasa kesepian walaupun di tengah keramaian. Strategi koping yang dilakukan mahasiswa dalam mengatasi masalahnya berupa koping berfokus pada emosi (*emotion focus coping*) dan koping berfokus pada masalah (*problem focus coping*) Mahasiswa yang menggunakan koping berfokus pada masalah hanya mampu meredakan gejala perasaan, bahkan ada yang semakin memperburuk masalahnya.

Kata Kunci: Masalah Psikososial, Strategi Koping, Mahasiswa UIN Sunan kalijaga,

DAFTAR ISI

Abstrak	2
Daftar Isi	3
Bab I : Pendahuluan	
A. Latar Belakang.....	4
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan dan Manfaat penelitian.....	8
D. Kajian Pustaka.....	8
I. Kerangka Teori Masalah Psikososial Remaja Akhir.....	12
II. Strategi Koping.....	17
Bab II : Metode Penelitian	
A. Jenis Penelitian.....	22
B. Definisi Konseptual dan Definisi Operasional Variabel Masalah Psikososial	22
C. Lokasi Penelitian.....	27
D. Pupulasi, Penarikan Sampling dan Informan.....	27
E. Metode Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian.....	30
F. Analisa Data.....	31
Bab III: Pembahasan	
A. Analisa Deskriptif Masalah Psikososial Mahasiswa Baru UIN Sunan kalijaga	
1. Citra Tubuh.....	34
2. Pacaran dan Kehamilan Tidak Diinginkan.....	38
3. Kenakalan Remaja.....	45
4. Depresi dan Bunuh Diri.....	50
5. Hubungan dengan Orang Tua.....	55
6. Problem Kuliah.....	57
7. Problem Ekonomi.....	60
8. Pergaulan Sebaya.....	64
B. Strategi Koping Mahasiswa Baru UIN Sunan Kalijaga	69
Bab IV : Kesimpulan dan Saran	
A. Kesimpulan.....	74
B. Saran.....	75
Daftar Pustaka	76

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa baru yang umumnya berusia antara 18-20 tahun, dalam perkembangan psikologinya, berada dalam tahapan masa remaja akhir, yang dalam beberapa referensi ditandai dengan memuncaknya perkembangan fisik dan pencarian identitas¹. Sebagai konsekuensi dari hal tersebut, mahasiswa tidak hanya mengalami transisi fisik tetapi juga transisi psikologis dan lingkungan sosial. Terlebih bagi mahasiswa yang merantau untuk melanjutkan pendidikannya di Yogyakarta. Mahasiswa baru mengalami transisi fisik dari tubuh pra remaja ke tubuh fisik layaknya orang dewasa, mengalami transisi psikologis dari jiwa anak-anak menjadi jiwa orang dewasa yang mempunyai tanggung jawab tertentu terhadap semua perbuatannya. Secara sosial mereka berpindah dari tinggal bersama orang tua, menjadi mencoba tinggal sendiri bersama teman sebayanya. Jika mereka merantau, lingkungan sosial yang berubah juga mencakup perubahan pola budaya.

Menghadapi berbagai macam perubahan tersebut, ada banyak masalah yang bermunculan di kalangan mahasiswa UIN Sunan Kalijaga (SUKA), antara lain beberapa kasus mahasiswa yang “kesurupan” pada saat kuliah. Kejadian ini bukan

¹ Siti Rahayu Haditono, dkk., *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 1999). Lihat juga Charles Zastrow & Karen K Kirst-Ashman, *Understanding Human Behaviour and The Social Environment*, Third Edition, (Illinois: Nelson-Hall, 1993), hlm. 280.

hanya sekali tetapi terjadi berkali-kali di salah satu Fakultas. Menurut salah satu dosen yang pernah menangani kasus ini, mahasiswa tersebut berpikiran kosong dan sang jin tidak mau keluar dari tubuhnya karena mahasiswa tersebut tidak mau meninggalkan pacarnya². Ada juga kasus mahasiswa yang mengamuk saat kegiatan resmi Prodi. Saat ditelisik oleh konselor sebaya ternyata dia mengalami masalah kejiwaan “bipolar”. Kondisi depresinya dipicu oleh masalah yang dihadapi pada saat menjalani praktek lapangan³. Kasus-kasus ini masih dilengkapi oleh informasi dari Rektorat bahwa rektorat mendapat laporan dari Puskesmas Condong Catur tentang kasus-kasus kehamilan dan narkoba mahasiswa UIN SUKA yang datang memeriksakan diri ke sana. Poliklinik UIN yang memeriksa mahasiswa yang akan KKN juga melaporkan adanya mahasiswa yang positif menderita HIV/AIDS⁴. Sebagai dosen, peneliti juga kerap menjumpai dan menangani beberapa kasus-kasus lain seperti mahasiswi yang melahirkan bayi di luar pernikahan, mahasiswa yang biasa mengonsumsi alkohol, mahasiswa yang melakukan aborsi, atau mahasiswa yang mengalami gangguan jiwa depresi karena lebih suka memendam masalahnya sendiri.

Masalah-masalah tersebut memang tidak muncul di semester 1 atau 2, biasanya masalah tersebut diketahui sudah agak terlambat di semester IV ke atas dengan gejala-gejala umum masalah kuliah seperti jarang masuk kuliah, tidak mengerjakan tugas, IPK dibawah 2, tiba-tiba menghilang dari perkuliahan tanpa ada kabar, dsb. Terganggunya perkuliahan bukanlah gejala awal, tetapi justru dampak

² Informasi didapatkan dalam percakapan grup whatsapp dosen fakultas.

³ Informasi dari mahasiswa konselor sebaya, IM, di Lembaga Kesejahteraan Keluarga (LK3) SUKA yang membantu menangani mahasiswa tersebut pada bulan November 2017

⁴ Informasi dari Wy, Wakil Rektor III UIN SUKA.

puncak yang menunjukkan bahwa masalah yang dihadapi mahasiswa sudah cukup parah, sehingga menarik perhatian dosen dan Program Studi. Hal ini berarti masalah inti yang dialami mahasiswa justru dimulai sejak awal-awal perkuliahan ketika usia mereka remaja akhir dan dapat berdampak langsung atau tidak langsung terhadap kelancaran studi.

Kompleksitas masalah yang dihadapi mahasiswa seringkali disebabkan juga oleh banyak faktor yang terkait, sebagaimana dikatakan oleh Santrock bahwa masalah remaja dapat dipengaruhi oleh faktor biologis seperti sifat bawaan, psikologis seperti emosi yang tak terkendali, dan sosial seperti kondisi kemiskinan.⁵ Jika Santrock menyebut pendekatan tersebut sebagai Biopsikososial, maka jauh lebih awal sebelumnya, Erik Erikson, sebagaimana dikutip menyebut hal yang serupa dalam Teori Psikososialnya bahwa perkembangan manusia dalam siklus hidupnya dibentuk oleh pengaruh sosial yang berinteraksi dengan individu yang berkembang menjadi matang secara fisik dan psikologis.⁶ Sudut pandang inilah yang akan peneliti gunakan dalam memandang masalah mahasiswa UIN sebagai masalah psikososial, bahwa dalam masalah psikososial, kondisi psikologis individu akan mempengaruhi relasi sosialnya, demikian pula sebaliknya.

Masalah yang dihadapi mahasiswa tidak akan berdampak negatif, bahkan dapat menjadikan mahasiswa menjadi tangguh jika mahasiswa dapat berfungsi secara psikososial. Keberfungsian psikososial individu, termasuk mahasiswa, ini

⁵ John W. Santrock, *Remaja: Jilid 2*. Terj. Benedictine Widyasinta. (Jakarta: Erlangga, 2007), hlm. 233.

⁶ Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*, (Jakarta: EGC, 2004), hlm. 49

terkait dengan kompleksitas kondisi emosi, kognitif, dan tindakan individu yang dipengaruhi oleh dorongan alam sadar maupun bawah sadar kepribadiannya, dengan pola relasi antara seseorang tersebut dengan lingkungan tertentu. Individu yang berfungsi secara psikososial diharapkan dapat meningkatkan kemampuannya dalam menangani masalah (coping) dan ketrampilan sosialnya⁷. Ini berarti bahwa mahasiswa yang kuliahnya terganggu, mengalami gangguan jiwa berat, atau berperilaku menyimpang tidak memiliki kemampuan mengatasi masalah, tekanan dan stress (strategy coping) yang efektif atau yang konstruktif. Koping yang menurut Siswanto merupakan reaksi orang ketika menghadapi stress atau tekanan, berbeda dengan problem solving yang bersifat kognitif.⁸ Reaksi orang terhadap stress/tekanan terkadang bersifat bawah sadar atau tidak disadari oleh individu sehingga menurut para ahli tidak sehat secara mental.⁹ Menurut Heppner & Lee dalam Santrock, koping yang berfokus pada masalah, dalam jangka panjang akan bekerja lebih baik daripada koping yang berfokus pada emosi.¹⁰

Masalah psikososial dan strategi koping mahasiswa yang negative dapat menjadi batu sandungan bagi tercapainya tujuan UIN Sunan Kalijaga dalam menghasilkan mahasiswa yang berakhlak mulia, dan memiliki kecakapan sosial. Karenanya menurut peneliti perlu diidentifikasi lebih lanjut dan secara dini

⁷ Helen Northern dan Roselle Kurland, *Social Work With Groups*, (New York: Columbia University Press, 2001), hlm. 30 - 31

⁸ Siswanto, *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya*. (Yogyakarta: Andi Offset, 2007), hlm. 60.

⁹ *Ibid*, hlm. 64.

¹⁰ John W.Santrock, *Remaja.....*, hlm. 300

masalah-masalah Psikososial yang dihadapi mahasiswa baru agar dapat dicegah dan diantisipasi oleh berbagai pihak.

B. Rumusan Masalah

Pertanyaan penelitian yang diajukan adalah:

1. Apa saja masalah psikososial yang dihadapi mahasiswa UIN Sunan Kalijaga?
2. Bagaimana Strategi Koping Mahasiswa dalam mengatasi masalah yang dialaminya?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Dengan mengetahui jenis-jenis masalah psikososial dan cara strategi koping mahasiswa, penelitian ini dapat memberikan wawasan tentang kondisi dan softskill mahasiswa UIN SUKA dalam mengatasi stress. Bagi UIN SUKA penelitian ini dapat memberi masukan akan layanan yang dibutuhkan dan mendorong kolaborasi yang baik antara berbagai lembaga layanan untuk mahasiswa dengan dosen Pembimbing Akademik.

D. Kajian Pustaka

Diantara penelitian yang pernah dilakukan terkait masalah psikososial mahasiswa adalah penelitian Neti Hernawati tentang Tingkat Stres Dan Strategi Koping Menghadapi Stress Pada Mahasiswa Tingkat Persiapan Bersama Tahun Akademik 2005/2006. Hernawati meneliti secara kuantitatif mahasiswa yang tinggal di asrama putra dan asrama putri kampus IPB Darmaga. Hasil penelitiannya

menunjukkan bahwa di antara yang menjadi sumber stress bagi mahasiswa adalah belum pernah kos sebelumnya, terlalu banyak teman sekamar, kesulitan beradaptasi dengan lingkungan, masalah pribadi, kesulitan berteman, memahami materi kuliah, masalah kesehatan, rindu keluarga dan masalah keuangan. Tingkat stress mahasiswa yang ditelitinya mayoritas tergolong tinggi dan cenderung melakukan koping strategi yang berfokus pada masalah dibandingkan terfokus pada emosi¹¹.

Kemiripan penelitian Neti dengan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang strategi koping mahasiswa baru dan metode kuantitatif yang digunakan. Perbedaannya terletak pada cakupan masalah yang diteliti dan metode penelitian tambahan. Neti terbatas meneliti pada masalah stress, sementara penelitian ini lebih luas daripada masalah stress. Stress adalah bagian dari masalah psikososial. Penelitian yang akan dilakukan di UIN Sunan Kalijaga ini juga menggunakan tambahan metode kualitatif.

Penelitian dalam skala yang lebih besar dilakukan oleh Dhanasari Vidiawati, Shelly Iskandar, dan Dwi Agustian, yang berjudul Masalah Kesehatan Jiwa pada Mahasiswa Baru di Sebuah Universitas di Jakarta. Mereka bertiga meneliti 14.129 mahasiswa baru dengan menggunakan data sekunder yaitu hasil pemeriksaan kesehatan mahasiswa baru tahun 2015 dan 2016 serta kedatangan mahasiswa di klinik universitas pada periode tahun 2015-2016. Pemeriksaan kesehatan jiwa dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang diisi melalui

¹¹ Neti Hernawati, "Tingkat Stres dan Strategi Koping Menghadapi Stress pada Mahasiswa Tingkat Persiapan Bersama Tahun Akademik 2005/2006". *J.II. Pert. Indon.* Vol 11(2) tahun 2006.. hlm. 43-49.

website Universitas pada saat pendaftaran ulang. Penelitian ini menunjukkan sebanyak 12,4 % mahasiswa baru mengalami masalah kejiwaan. Dari mahasiswa yang bermasalah kejiwaan 24% diantaranya mendatangi dokter di klinik universitas, dan hanya 2,4 % yang datang menemui konselor psikolog di klinik. Faktor yang berhubungan dengan kedatangan mereka ke dokter adalah tinggal di asrama/kos dan memiliki kesehatan fisik, sedangkan yang berhubungan dengan kedatangan kepada psikolog adalah factor jenis kelamin laki-laki. Penelitian ini menyarankan pentingnya deteksi dini pada masalah kejiwaan.¹²

Penelitian Neti dan Penelitian yang dilakukan sama-sama menggunakan penelitian kuantitatif dan mahasiswa baru sebagai responden. Namun penelitian Dhanasari dkk menggunakan data sekunder, yaitu data yang dikumpulkan oleh klinik, selanjutnya dianalisa oleh Dhanasari dkk. Sementara penelitian dalam laporan ini dilakukan dengan menggunakan data primer yang diambil langsung oleh peneliti kepada para mahasiswa. Cakupan masalah psikososial yang diteliti pun lebih luas.

Penelitian yang dilakukan di Yogyakarta, diantaranya adalah penelitian Ratna Yunita Setiyani Subardjo yang berjudul Perbedaan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Baru di Fakultas Ilmu Kesehatan (FIKES) dan Non Fakultas Ilmu Kesehatan (Non FIKES) Universitas Aisyiyah Yogyakarta. Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif. Analisanya menunjukkan bahwa mahasiswa baru

¹² Dhanasari Vidiawati, Shelly Iskandar, Dwi Agustian, “Masalah Kesehatan Jiwa pada Mahasiswa Baru di Sebuah Universitas di Jakarta”. *eJournal Kedokteran Indonesia*. Vol.5 No.1, April, tahun 2017, hlm. 27-33

FIKES lebih cemas dan lebih depresif dari pada mahasiswa Non FIKES (Fakultas Ekonomi Ilmu Sosial dan Humaniora). Hal ini dikarenakan mahasiswa FIKES mempunyai jadwal kuliah dan praktikum yang sangat padat dan adanya kompetisi yang tinggi diantara mahasiswa, sementara mahasiswa Non FIKES di semester awal masih lebih banyak mempelajari teori.¹³

Penelitian Ratna Yunita mempunyai kemiripan dalam metode, responden, dan topik dengan penelitian kami, yaitu sama-sama menggunakan metode kuantitatif, membidik mahasiswa baru, dan masalah yang dihadapi mahasiswa. Bedanya, cakupan masalah yang diteliti di UIN Sunan Kalijaga lebih luas.

Penelitian tentang masalah mahasiswa dan strategi coping secara khusus terhadap mahasiswa UIN Sunan Kalijaga antara lain dilakukan oleh Sri Sumarni dkk. Penelitian Sri Sumarni dkk. berjudul Pengembangan Model Pendidikan Karakter Berbasis Penguatan Modal Sosial Bagi Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga. Penelitian mereka merupakan penelitian Research and Development (R & D), yang meneliti secara kuantitatif modal sosial yang dimiliki oleh mahasiswa dalam mengatasi perasaan “keterasingan” mahasiswa baru, kemudian merancang solusi berupa modul pendidikan karakter, menguji kelayakan modul dengan diskusi kelompok terpumpun yang terdiri dari para ahli, dan menerapkannya kepada mahasiswa baru. Penelitian terhadap 80 mahasiswa ini mengungkapkan bahwa 55 % modal sosial mereka masih tergolong rendah, karena mereka antara lain mudah terbawa arus, kurang mampu menahan marah dan kecewa, tidak mudah

¹³ Ratna Yunita Setiyani Subardjo, “Perbedaan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Baru di Fakultas Ilmu Kesehatan (FIKES) dan Non Fakultas Ilmu Kesehatan (Non FIKES) Universitas Aisyiyah Yogyakarta”, *Jurnal Psikologi Integratif*. Vol. 6, Nomor 1. 2018, hlm. 18-28

menerima kritikan. Modul pendidikan karakter yang disusun menggabungkan nilai-nilai sosial Schwartz (tradition, universalism, benevolence, security, conformity) dengan ajaran Islam yang memuat integrity, caring, sharing, networking dan problem solving. Hasil penerapan modul menunjukkan adanya peningkatan aktualisasi karakter mahasiswa baik dalam aspek nilai ketaatan beribadah, kepedulian, kerja sama, tanggung jawab, maupun kejujuran.¹⁴

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Sri Sumarni dkk terletak pada jenis penelitian yang bersifat deskriptif, meskipun sama-sama menggunakan mixmethode (kuantitatif dan kualitatif), namun penelitian Sri Sumarni adalah R & D, sementara penelitian ini bukan. Cakupan masalah psikososial yang dibahas oleh peneliti dan jumlah subyek penelitian pun lebih luas daripada Sri Sumarni. Karenanya penelitian tentang masalah psikososial di kalangan mahasiswa baru UIN secara menyeluruh dan dalam jumlah yang besar ini belum pernah dilakukan. Penelitian tentang masalah psikososial yang dihadapi mahasiswa UIN pun umumnya adalah kasus-kasus tertentu di fakultas tertentu.

E. Kerangka Teori

I. Masalah Psikososial Remaja Akhir

Teori Psikososial merupakan pengembangan dari teori psikoanalisa atau psikodinamika yang dilakukan oleh Erik Erikson. Dasar teori psikososial, dalam Sunaryo, menyatakan bahwa: 1) Perkembangan emosi sejajar dengan pertumbuhan

¹⁴ Sri Sumarni, Achmad Dardiri, Darmiyati Zuchdi, "Pengembangan Model Pendidikan Karakter Berbasis Penguatan Modal Sosial Bagi Mahasiswa Uin Sunan Kalijaga", *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi dan Aplikasi* Volume 3, No 1, Juni 2015 (44-57), diakses dari <https://journal.uny.ac.id/index.php/jppfa/article/view/7811/6700>

fisik, 2) ada interaksi antara pertumbuhan fisik dengan perkembangan psikologis, 3) ada keteraturan yang sama antara pertumbuhan fisik dengan perkembangan psikologis, 4) dalam proses menuju kedewasaan perkembangan fisik, psikologis, dan sosial akan menyatu, 5) dalam diri setiap anak terdapat gabungan organisme, ego, dan makhluk sosial, 6) Perkembangan manusia sejak lahir hingga akhir hayat dibagi dalam 8 fase. Masing-masing fase mempunyai tugas perkembangan tersendiri.¹⁵

Terkait perkembangan remaja, menurut Erikson, sebagaimana dikutip Hurlock dan Zastrow dalam buku masing-masing, kondisi psikologis utama yang mempengaruhi cara berperilaku remaja adalah krisis identitas, yaitu identitas ganda pada remaja apakah dia seorang anak-anak atau seorang dewasa. Dalam usaha mencari pencarian identitas para remaja berjuang mencari idola sebagai pembimbing dalam mencapai identitas akhir.¹⁶

Hurlock secara garis besar membagi gangguan atau masalah pada masa remaja dalam masalah fisik dan masalah psikologis.¹⁷ Sedangkan Dryfoos sebagaimana dikutip Santrock menyatakan bahwa ada 4 masalah utama yang mempengaruhi remaja, yaitu penyalahgunaan obat, kenakalan remaja (gang, kekerasan di sekolah, depresi dan bunuh diri) seksualitas, dan masalah terkait sekolah.¹⁸

¹⁵ Sunaryo, *Psikologi.....*, hlm. 49-50.

¹⁶ Lihat Charles Zastrow & Karen K Kirst-Ashman, *Understanding.....*, dan Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Terj. Istiwardyanti dan Sudjarwo (Jakarta: Erlangga, 1980), hlm. 208

¹⁷ Elizabeth Hurlock, *Psikologi.....*, hlm. 236-239

¹⁸ John W. Santrock, *Remaja.....*, hlm. 269

Secara lebih detil masalah-masalah psikososial mahasiswa baru dapat dibagi berdasar area perkembangannya, antara lain:

a. Masalah Perkembangan Fisik

Masalah terkait perkembangan fisik remaja menurut banyak sumber antara lain adalah kepuasan terhadap citra tubuh, seksualitas remaja¹⁹ seperti pacaran atau hubungan lawan jenis, kehamilan pranikah, perikahan dini, bahaya fisik lainnya adalah bunuh diri/percobaan bunuh diri, Ketidakpuasan terhadap tubuhnya seperti cacat fisik yang menimbulkan rasa rendah diri, kecanggungan dan kekakuan gerak, bentuk tubuh yang tidak sesuai jenis kelaminnya, dan kegelisahan tentang daya tarik fisik.²⁰ Ketidakpuasan tubuh yang dijelaskan Hurlock dapat dikatakan sebagai masalah citra tubuh menurut Atwater. Santrock juga memasukkan bunuh diri sebagai masalah remaja.²¹

b. Masalah Perkembangan Psikologis

Masalah psikologis pada remaja berasal dari terhambatnya kematangan emosi remaja sehingga tidak mampu melakukan penyesuaian diri pribadi dan sosial. Ketidakmatangan remaja dapat terlihat dalam beberapa bidang:

- 1) Perilaku moral; terlihat dalam perilaku yang mengabaikan hukum/peraturan atau kenakalan remaja, seperti mengutil, menipu, menggunakan obat-obatan.²² Kenakalan remaja menurut Santrock mencakup perilaku yang tidak dapat

¹⁹ Eastwood Atwater, *Adolescence*. (New Jersey: Prentice Hall, Inc., 1992), hlm. 66

²⁰ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi.....*, hlm. 236

²¹ John W. Santrock, *Remaja.....*, hlm. 263

²² Lihat Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi.....* hlm. 238-239, dan juga John W Santrock, *Remaja.....*, hlm. 238.

diterima secara sosial (seperti berbuat onar di sekolah), status pelanggaran (melarikan diri dari rumah, hingga tindakan kriminal (seperti pencurian).²³

- 2) Hubungan dengan Keluarga; berwujud adanya konflik dengan orang tua, dorongan kemandirian emosi dan sosial dari orang tua,²⁴ pertengkaran dengan anggota keluarga, terus menerus mendapat komentar yang merendahkan²⁵
- 3) Perilaku sosial dengan teman sebaya; terkait dengan pemilihan kelompok teman sebaya, posisi sebagai pengamat (outsider), atau penyendiri/loner,²⁶ pola kelompok pertemanan yang diskriminatif berdasar ras, agama, sosial dan ekonomi, kurangnya dukungan kelompok sebaya, menarik perhatian dengan melakukan sesuatu yang mecolok dan tidak lazim.²⁷
- 4) Sekolah/Kuliah, berkaitan dengan kemampuan kognitifnya untuk berfikir abstrak, logis dan ilmiah dalam memecahkan masalah,²⁸ kurang minat terhadap pendidikannya, berprestasi rendah dibawah kemampuan.²⁹
- 5) Pekerjaan, berkaitan dengan kemandirian ekonomi yaitu memperoleh cukup uang untuk memenuhi kebutuhannya, dan belajar membatasi keinginan-keinginannya.³⁰

Ketidakmatangan emosi dapat berdampak pada ketidakpuasan/penolakan terhadap diri sendiri, menganggap diri sendiri tidak berharga dan bisa mencoba bunuh diri. Menurut Hurlock, Penolakan diri

²³ John W Santrock, *Remaja....*, hlm. 255.

²⁴ Charles Zastrow & Karen K Kirst-Ashman, *Understanding.....*, hlm.310

²⁵ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi.....*, hlm. 238.

²⁶ Eastwood Atwater, *Adolescence.....*, hlm. 151

²⁷ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi.....*, hlm. 237-238.

²⁸ Eastwood Atwater, *Adolescence....*, hlm. 77

²⁹ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi.....*, hlm. 221

³⁰ Lihat Charles Zastrow & Karen K Kirst-Ashman, *Understanding.....*, hlm. 311, dan juga Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi.....*, hlm. 220

remaja tampak jelas dalam perilaku ketidakmampuan menyesuaikan diri yang dapat terlihat dari tanda-tanda umum berikut: a) Tidak bertanggung jawab, seperti mengabaikan pelajaran karena bersenang-senang, b) Sikap yang sangat agresif dan sangat yakin pada diri sendiri, c) Perasaan tidak aman, yang menyebabkan remaja patuh mengikuti standar kelompok., d) Merasa ingin pulang bila berada jauh dari lingkungan yang dikenal, e) Perasaan menyerah, f) Terlalu banyak berkhayal untuk mengimbangi ketidakpuasan yang diperoleh dari kehidupan sehari-hari, g) Mundur ke tingkat perilaku sebelumnya agar diperhatikan, h) Menggunakan mekanisme pertahanan diri seperti rasionalisasi, proyeksi, berkhayal, memindahkan.³¹

Santrock menambahkan depresi sebagai salah satu gangguan yang banyak dijumpai pada remaja. Dalam DSM-IV, seseorang dikatakan depresi jika memperlihatkan minimal 5 (lima) gejala dari 9 (sembilan) gejala dalam periode 2 (dua) minggu, yaitu: a) Depresi hampir sepanjang hari, b) Berkurangnya minat pada hampir semua aktifitas, c) Penurunan atau peningkatan berat tubuh secara berarti, d) Gangguan tidur atau tidur terlalu banyak, e) Kegelisahan atau kelambatan psikomotor, f) Lelah atau kehilangan energy, g) Merasa bersalah atau tidak berharga secara berlebihan, h) Memiliki masalah dalam berpikir, i) berkonsentrasi atau membuat keputusan, j) Sering memikirkan kematian atau bunuh diri.³²

³¹ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi.....*, hlm. 238-239

³² John W Santrock, *Remaja....*, hlm. 263.

II. Strategi Koping Remaja

Koping didefinisikan oleh Harber & Runyon, dalam Siti Maryam, sebagai segala bentuk perilaku dan pikiran baik positif maupun negatif yang dapat mengurangi kondisi yang menjadi beban agar tidak terjadi stress. Koping dilakukan oleh individu secara sadar dan disengaja, bukan reaksi spontan.³³ Banyak referensi menyebutkan tentang jenis-jenis strategi koping, di antara yang sering disebut adalah Lazarus & Folkman, serta Stuart & Sundeen.

Stuart dan Sundeen membagi jenis koping dalam dua kategori, yaitu tindakan langsung (*direct action*) yang berfokus pada masalah, dan peredaan (*palliation*) yang berfokus pada emosi. Berikut penjelasan lebih rincinya:

a. Tindakan Langsung (*direct action*)

Yaitu tingkah laku individu untuk mengatasi ancaman dengan merubah hubungan/posisi masalah yang dialami. Macam-macam koping tindakan langsung antara lain: 1) antisipatif (mempersiapkan diri), yaitu melakukan langkah aktif dan antisipatif untuk menghilangkan atau mengurangi bahaya sesuai keadaan yang dihadapi, misalnya belajar sebelum ujian. 2) agresi, yaitu menyerang agen yang dianggap mengancam atau akan melukai, 3) penghindaran/avoidance, yaitu menghindari atau melarikan diri dari bahaya,

³³ Siti Maryam, "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya", *Jurnal Konseling Andi Matappa*, Volume 1 Nomor 2 Agustus 2017, hlm. 101, diakses dari https://www.researchgate.net/publication/324997235_Strategi_Coping_Teori_Dan_Sumberdayanya

karena merasa tidak mampu menghadapi. 4) apati, yaitu tidak bergerak dan menerima begitu saja kondisi bahaya tanpa melakukan usaha apa pun.³⁴

Berbeda dengan Siswanto, Siti Maryam menuliskan bahwa jenis-jenis strategi koping tindakan langsung menurut Stuart dan Sundeen antara lain adalah: 1) Konfrontasi, yaitu usaha-usaha untuk mengubah keadaan atau menyelesaikan masalah secara agresif dengan kemarahan serta pengambilan resiko, 2) Isolasi, yaitu berusaha menarik diri dari lingkungan atau tidak mau tahu dengan masalah yang dihadapi, 3) Kompromi, yaitu mengubah keadaan yang bermasalah secara hati-hati, meminta bantuan kepada keluarga dan teman sebaya atau bekerja sama dengan mereka.³⁵

Dari kedua referensi tersebut, meskipun istilah yang digunakan berbeda, namun secara makna memiliki kemiripan. Dapat dikatakan agresi serupa dengan konfrontasi, isolasi serupa dengan penghindaran/avoidance, sedangkan antisipasi bisa disebut sebagai bagian dari kompromi, sedangkan apati menjadi bagian dari isolasi.

b. Peredaan (*Palliation*)

Maksudnya adalah menoleransi/mengurangi tekanan-tekanan fisik, motorik, afeksi dari tekanan emosi yang dibangkitkan oleh lingkungan yang bermasalah. Dalam koping peredaan, masalah yang dihadapi tidak berubah, yang berubah adalah individu dengan merubah persepsi dan reaksi emosinya.

³⁴ Siswanto, *Kesehatan Mental....*, hlm. 61

³⁵ Siti Maryam, *Strategi Coping....*, hlm. 102

Ada dua jenis kelompok koping peredaan; pertama, peredaan yang diarahkan pada gejala (*symptom directed modes*) dimana individu mengurangi gejala gangguan emosi yang disebabkan oleh tekanan (stres). Misalnya meringankan kesedihan dengan narkoba, alkohol, meredakan pusing dengan merokok, meditasi, relaksasi, ataupun berdoa. Kedua, peredaan dengan cara intrapsikis, yaitu meringankan gangguan dengan menggunakan mekanisme pertahanan diri. Beberapa jenis pertahanan diri tersebut adalah³⁶:

- 1) Identifikasi, yaitu menginternalisasi atau meniru ciri-ciri orang lain yang dianggap mengancam, misalnya anak meniru orang tua
- 2) Pengalihan (Displacement), yaitu memindahkan atau melimpahkan reaksi kepada objek atau orang lain. Misalnya setelah dimarahi atasan, mengalihkan rasa marah kepada isteri dan anak-anak.
- 3) Represi, yaitu menghalangi dorongan-dorongan yang muncul/tidak bisa diterima sehingga tidak dapat diekspresikan dalam tingkah laku. Misalnya dorongan seksual yang dianggap tabu ditekan, dan muncul dalam mimpi.
- 4) Denial (penolakan), yaitu menolak kenyataan yang ada karena dapat mengancam integritas diri pribadi. Misalnya isteri yang terus membuat kopi untuk suami, meski suami sudah meninggal.
- 5) Reaksi formasi, yaitu dorongan yang mengancam diekspresikan dalam tingkah laku yang terbalik. Misalnya sebenarnya cinta, tetapi perilaku yang dimunculkan justru seolah membenci.

³⁶ Siswanto, *Kesehatan Mental*...., hlm. 62-64.

- 6) Proyeksi, yaitu menerapkan dorongan-dorongan yang dimiliki kepada orang lain karena dirasa mengancam. Misalnya A mencintai B, tetapi menyatakan bahwa B yang mencintainya.
- 7) Rasionalisasi, yaitu dua gagasan yang berbeda dipertahankan agar tetap terpisah, karena bila bersatu akan mengancam. Misalnya berpendapat kesejahteraan hanya bisa dicapai dengan jalan damai, bukan kekerasan.
- 8) Sublimasi yaitu dorongan yang muncul diwujudkan/diubah ke dalam hal-hal yang bisa diterima secara sosial. Misal dorongan seks ditransformasikan sebagai sumber dorongan aktivitas religius.

Siti Maryam menambahkan regresi dan konversi dalam jenis pertahanan diri ini, sehingga berjumlah 10 jenis pertahanan diri, yaitu³⁷:

- 9) Regresi, adalah sikap dan perilaku kembali ke masa lalu atau bersikap dan bertingkah seperti anak kecil kembali.
- 10) Konversi, adalah mengubah reaksi psikologis ke dalam bentuk gejala fisik.

Sebagian besar ahli menyatakan bahwa koping jenis mekanisme pertahanan diri merupakan koping yang tidak sehat, kecuali sublimasi.

Lazarus & Folkman menggolongkan strategi koping dalam 2 kelompok, yaitu koping yang berfokus pada masalah (*Problem Focus Coping*) dan yang berfokus pada emosi (*Emotion Focus Coping*). Jenis-jenis koping kedua kelompok itu adalah berikut ini³⁸:

- a. Koping berfokus pada masalah

³⁷ Siti Maryam, *Strategi Coping*...., hlm. 102-103

³⁸ *Ibid*, hlm. 103-104

Ada 3 jenis koping ini, yaitu 1) Planfull problem solving, yaitu melakukan usaha yang terencana dan analitis, 2) Konfrontasi, yaitu mengubah keadaan dengan melakukan tindakan yang beresiko, 3) mencari bantuan sosial (seeking social support) yaitu mencari bantuan dari pihak luar baik berupa informasi, materi maupun dukungan emosional.

b. Koping berfokus pada emosi

Ada 5 jenis koping ini, yaitu 1) Positif Reappraisal (Penilaian positif), yaitu menciptakan makna positif untuk mengembangkan diri, termasuk melibatkan diri dalam hal-hal yang religius. Misalnya mengambil hikmah atas suatu kejadian dan bersyukur atas yang masih dimiliki. 2) Accepting Responsibility (Penerimaan tanggung jawab), yaitu menumbuhkan kesadaran akan tanggung jawab diri pribadi dalam permasalahan yang dihadapi, dan mendudukan segala sesuatu sebagaimana mestinya. 3) Self controlling (pengendalian diri), yaitu melakukan regulasi diri baik dalam perasaan maupun tindakan, memikirkan terlebih dahulu tindakan yang akan dilakukan, tidak tergesa-gesa. 4) Distancing (menjaga jarak), yaitu berusaha terlihat kurang peduli terhadap persoalan yang dihadapi, mencoba melupakannya seolah tidak pernah terjadi masalah. 5) Escape avoidance (menghindarkan diri), yaitu menghindar dari masalah yang dihadapi. Contohnya melakukan perbuatan negatif seperti tidur terlalu lama, minum obat-obatan terlarang dan tidak mau bersosialisasi dengan orang lain.

BAB II

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian gabungan (*mix method*) yang menggunakan metode atau teknik penelitian kualitatif pada satu fase, dan menggunakan metode penelitian kuantitatif pada fase lainnya atau sebaliknya.³⁹ Dalam pelaksanaannya, pada fase pertama, peneliti menerapkan metode kuantitatif deskriptif untuk mendapatkan data berwujud angka tentang jenis-jenis masalah psikososial yang dihadapi mahasiswa secara umum. Penelitian ini hanya mempunyai satu variable, sehingga tidak bertujuan untuk mencari hubungan. Jenis penelitian kuantitatif yang dilakukan adalah penelitian survey.⁴⁰ Sedangkan pada fase kedua, metode kualitatif deskriptif diterapkan untuk mengetahui secara lebih jelas tentang jenis-jenis strategi koping yang dilakukan mahasiswa.

B. Definisi Konseptual dan Operasional Variabel Masalah Psikososial

1. Definisi Konseptual

Varibel masalah psikososial secara garis besar akan merujuk pada penjelasan Elizabeth Hurlock tentang bahaya atau masalah yang dialami remaja yang meliputi bahaya Fisik dan Bahaya Psikologis. Selanjutnya akan ditambahkan

³⁹ A. Muri Yusuf, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*, (Jakarta: Kencana, 2014), hlm. 428

⁴⁰ Masri Singarimbun & Sofian Effendi, *Metode Penelitian Survei*, (Jakarta: LP3ES, 1989), hlm. 4

oleh penjelasan dari referensi lain seperti Eastwood Atwater, Charles Zastrow, dan John W. Santrock yang relevan sebagai pelengkap apa yang belum disampaikan Elizabeth Hurlock.

Menurut Elizabeth Hurlock, Bahaya Fisik meliputi: kematian, bunuh diri atau percobaan bunuh diri, cacat fisik yang dapat diperbaiki, kecanggungan dan kekakuan, bentuk tubuh yang tidak sesuai dengan seksnya. Sementara bahaya psikologis meliputi: 1) Perilaku sosial berupa pengelompokan yang kekanak-kanakan, kegiatan sosial bersama teman sebaya, dukungan kelompok sebaya yang sedikit, diskriminasi berdasar ras-suku-agama-sosial ekonomi; 2) Perilaku seksual berupa tidak pacaran, menolak peran-peran seks yang diakui, kehamilan pranikah, menikah sebelum mampu bekerja; 3) Perilaku moral berupa standar perilaku yang tidak realistis, pelanggaran peraturan dan hukum; 4) Hubungan keluarga berupa pertengkaran dengan anggota keluarga, kritik terus menerus dari anggota keluarga.⁴¹

2. Definisi Operasional

Penjelasan operasional atas konsep-konsep umum dalam masalah psikososial dibuat secara rinci sebagai berikut:

Tabel 1. Definisi Operasional

Variabel	Indikator	Deskriptor
Bahaya Fisik		
	Citra Tubuh: Cacat fisik, Canggung, Bentuk tubuh,	a. Tidak percaya diri karena cacat fisik yang dimiliki b. Merasa perlu mengubah tubuh agar ideal

⁴¹ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi.....*, hlm.236-238

	Gelisah tentang daya tarik fisik	c. Canggung dengan tubuh yang dimiliki d. Merasa diri tidak menarik
	Pacaran	a. Bertengkar dengan pacar b. Tidak menetapkan batasan dalam pacaran
	Kehamilan Pra Nikah	a. Melakukan hubungan seks dengan pacar b. Melakukan pencegahan kehamilan pranikah
	Percobaan Bunuh Diri	a. Merasa putus asa hingga berfikir bunuh diri b. Mencoba bunuh diri
Bahaya Psikologis dan Sosial		
Perilaku moral	Perilaku yang tidak diterima secara sosial	a. Membuat keributan di Kampus b. Melanggar peraturan kampus c. Bolos kuliah
	Perilaku Pelanggaran	a. Melarikan diri dari rumah b. Berbohong pada orang tua tentang kuliah
	Tindak kriminalitas	a. Mencuri b. Merusak fasilitas publik/kampus c. Melukai seseorang secara fisik
	Penggunaan obat-obatan	a. Mengkonsumsi alkohol b. Mengkonsumsi obat terlarang

Ketidakmatangan emosi	Depresi, 5 dari 9 gejala dalam 2 minggu:	1) Depresi hampir sepanjang hari 2) Berkurangnya minat pada hampir semua aktivitas 3) Penurunan atau peningkatan berat tubuh secara berarti 4) Gangguan tidur atau tidur terlalu banyak 5) Kegelisahan atau kelambatan psikomotor 6) Lelah atau kehilangan energi 7) Merasa bersalah atau tidak berharga secara berlebihan 8) Memiliki masalah dalam berpikir, berkonsentrasi atau membuat keputusan 9) Sering memikirkan kematian atau bunuh diri
	Penolakan diri	a. Sikap yang sangat agresif dan sangat yakin pada diri sendiri. b. Perasaan menyerah c. Terlalu banyak berkhayal untuk mengimbangi ketidakpuasan yang diperoleh dari kehidupan sehari-hari.
Hubungan Keluarga	Konflik dengan Ortu	a. Bertengkar dengan orang tua b. Melakukan hal yang berbeda dari kehendak orang tua c. Membenci orang tua
	Kemandirian emosi dan sosial dari Ortu	a. Dapat mengambil keputusan sendiri dalam suatu masalah b. Bertanggung jawab terhadap konsekuensi perbuatan c. Tidak mengandalkan status dan nama baik keluarga

	Bertengkar dengan anggota keluarga	a. Bermusuhan dengan saudara kandung b. Tidak suka dengan saudara kandung c. Iri dengan saudara kandung
Perilaku Sosial	Memilih teman sebaya	a. Berteman dengan satu kelompok tertentu b. Tidak nyaman di kelompok yang tidak dikenal c. Bersedia melakukan apapun demi diterima dalam kelompoknya
	Kesepian (tidak punya teman)	a. Merasa sendirian meskipun di tengah keramaian b. Tidak mempunyai teman akrab c. Cenderung mengamati dan jarang terlibat dalam kegiatan bersama teman
	Diskriminasi ras, agama, sosial, ekonomi oleh teman sebaya	a. Dijauhi oleh teman sebaya karena berbeda suku/status ekonomi/kepandaian b. Dibully oleh teman karena kondisi fisik, suku, ekonomi, kepandaian c. Dipersulit oleh perbuatan teman
Kuliah	Kemampuan berfikir Ilmiah	a. Sulit memahami pelajaran dalam kuliah b. Merasa otak tidak mampu menerima pelajaran
	Minat terhadap Pendidikan	a. Jurusan yang dipilih bukan yang diminati b. Berkeinginan berhenti kuliah

	Prestasi dibawah kemampuan	a. IPK kurang dari 3 b. Sengaja tidak berusaha keras dalam prestasi kuliah
Pekerjaan	Memperoleh cukup uang untuk memenuhi kebutuhan	a. Bekerja untuk menambah pendapatan b. Mampu menyeimbangkan kuliah dengan bekerja
	Membatasi keinginan	a. Menabung b. Membeli hanya yang diperlukan

C. Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di UIN Sunan Kalijaga, bertempat di Jalan Marsda Adisucipto No 1 Yogyakarta. Penentuan lokasi lebih dikhususkan pada 8 Fakultas program sarjana UIN Sunan Kalijaga meliputi Fakultas Adab dan Budaya, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Fakultas Tarbiyah dan Kependidikan, Fakultas Syari'ah dan Hukum, Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Fakultas Sain dan Teknologi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam.

D. Populasi, Penarikan Sampling dan Informan

Populasi merupakan keseluruhan objek yang diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa UIN Sunan Kalijaga angkatan 2018 berjumlah sekitar 3.662 berdasarkan data PBAK tahun 2018. Mahasiswa angkatan tahun 2018 dipilih sebagai populasi karena mereka sedang menjalani masa-masa

transisi proses pembelajaran dari SMA ke Perguruan Tinggi, yang membutuhkan penyesuaian-penyesuaian.

Dalam penelitian ini menggunakan metode survey sehingga diperlukan penarikan sampling dari populasi yang ada. Metode penarikan sampling yang dilakukan dalam penelitian ini mengacu kepada teori Slovin dengan pertimbangan informasi data populasi penelitian. Dengan menggunakan teori Slovin berarti mengacu kepada rumus sampling adalah sebagai berikut⁴² :

$$n = \frac{N}{1 + N(e^2)}$$

dimana :

N = Jumlah Populasi

n = Ukuran sampel penelitian

e = Konstanta pemahaman sampel yang ditetapkan

Konstanta yang ditetapkan berarti kekeliruan sampling yang diijinkan, misalnya diambil sebesar 1 %, atau 5 % atau 10 %. Dalam penelitian ini menetapkan derajat kesalahan 5%. Dengan menggunakan teori Slovin diperoleh angka :

$$n = 3362 / 1 + 3362(0.5)(0.5)$$

$$n = 3662 / 1 + 3362(0.0025)$$

$$n = 3362 / 1 + 9.155$$

$$n = 3662 / 10.1$$

$$n = 362.5$$

⁴² Zainatul Mufarrikoh, *Statistika Pendidikan (Konsep Sampling dan Uji Hipotesis)*, (Surabaya: Jakad Media Publishing, 2019), hlm. 35

Jumlah sampling yang ada akan dibagi secara proporsional dari masing-masing Fakultas dengan menggunakan teknik cluster sampling⁴³. Karena jumlah kelompok atau program studi yang akan diteliti banyak dan memiliki strata yang sama, maka dipilih satu program studi (Prodi) di tiap fakultas untuk dijadikan sampling. Satu program studi tersebut dianggap mewakili satu fakultas. Sehingga dari 8 Fakultas yang ada di UIN Sunan Kalijaga, masing-masing Fakultas akan diambil sampling sejumlah : $n/\text{jumlah fakultas}$ sehingga diperoleh angka $363/8 = 45$ responden.

Dalam pelaksanaannya, tidak semua fakultas dapat diwakili oleh satu Prodi dikarenakan tidak setiap Prodi memiliki jumlah mahasiswa sebanyak 45, atau yang hadir di kelas pada saat penyebaran kuesioner sejumlah 45 mahasiswa, juga terkait dengan izin yang diberikan dosen untuk menyebarkan kuesioner di kelasnya. Sehingga tambahan kuesioner dicarikan dari mahasiswa Prodi lain dalam fakultas yang sama dengan tetap memegang kriteria bahwa mahasiswa tersebut adalah angkatan 2018. Dari sekitar 367 kuesioner yang tersebar, diperoleh 281 kuesioner yang dinilai valid dan layak untuk dianalisa lebih lanjut. Sejumlah 86 kuesioner dianggap tidak valid karena tidak terisi sepenuhnya atau diisi oleh mahasiswa bukan angkatan 2018. Berikut data secara lengkap tentang sampel dan jumlahnya tersebut:

Tabel 2. Responden Mahasiswa

No	Fakultas	Prodi	Jumlah Kuesioner tersebar	Jumlah Kuesioner valid
1	Fakultas Adab dan Budaya	Sastra Inggris Sastra Arab Ilmu perpustakaan	45	38
2	Fakultas Dakwah dan Komunikasi	Bimbingan Konseling Islam	47	40

⁴³ *Ibid*, 38

		Ilmu Kesejahteraan Sosial Manajemen Dakwah		
3	Fakultas Tarbiyah dan Kependidikan	Pendidikan Agama Islam Manajemen Pendidikan Islam	47	47
4	Fakultas Syari'ah dan Hukum	Hukum Perdata dan Bisnis Islam (Muamalat)	47	23
5	Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam	Sosiologi Agama	37	29
6	Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora	Psikologi Ilmu Komunikasi	48	34
7	Fakultas Sain dan Teknologi	Pendidikan Kimia	48	39
8	Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam.	akutansi syariah dan perbankan syariah	48	31
	Jumlah Total		367	281

Penelitian lanjutan dengan menggunakan pendekatan kualitatif menetapkan informan berdasarkan data dari hasil kuesioner dengan mempertimbangkan analisa kasus terberat yang dialami oleh mahasiswa. Jumlahnya disesuaikan dengan menggunakan metode purposive atau sesuai kebutuhan. Informan dosen yang diwawancara juga dipilih secara purposive yang menjadi dosen pembimbing akademik angkatan 2018 dari Prodi mahasiswa yang menjadi responden. Ada 3 orang informan mahasiswa dan 3 orang dosen yang bersedia diwawancara untuk penelitian ini.

E. Metode Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian

Penelitian yang pertama menggunakan pendekatan kuantitatif menggunakan kuesioner sebagai instrumennya. Kuesioner disusun dengan menggunakan skala ordinal dan likert sebagai pengukurnya. Skala yang ditetapkan

adalah Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Jumlah pertanyaan secara keseluruhan ada 96 item pertanyaan yang dibuat dengan model favourable dan unfavourable. Berikut jumlah jenis item model kuesioner yang disebarkan:

Tabel 3. Item Kuesioner

Indikator Variabel	Item Favourable	Item Unfavourable	Jumlah
Bahaya Fisik	1,2, 6, 7, 9, 10, 11	3, 4, 5, 8	11
Perilaku Moral	12, 14, 18, 21	13, 15, 16, 17, 19, 20	10
Ketidakmatangan emosi	23	22, 24, 25	4
Hubungan Keluarga	69, 71, 72, 73, 74, 76	64, 65, 66, 67, 68, 70, 75,77	13
Perilaku Sosial	29, 39, 78, 82, 87	26, 34, 79, 80, 81, 83, 84, 85, 86, 88, 89	16
Kuliah	30a, 30b, 32, 38, 43, 45, 90, 91, 93	27, 28, 31, 33, 35, 36, 37, 40, 41, 42, 44, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 92	28
Pekerjaan	53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 94, 95	62, 63	13
	43	53	96

Penelitian dengan pendekatan kualitatif menggunakan instrument penelitian berupa pedoman wawancara semi terstruktur dan *Focus Group Discussion* (FGD) untuk menjawab strategi koping yang dilakukan oleh mahasiswa.

D. Analisa Data

Data kuantitatif dianalisa dengan menggunakan teknik analisa data statistic univariat (satu variabel), yaitu mencari nilai frekwensi dan nilai rata-rata atas data yang sudah masuk. Sedangkan data kualitatif dianalisa dengan melakukan tahapan reduksi data, kategorisasi data, dan sintesa data dengan teori.⁴⁴

Penyajian data mengenai identifikasi masalah psikososial mahasiswa UIN Sunan Kalijaga, diolah menggunakan statistic deskriptif dan ditampilkan dalam bentuk table, diagram, histogram, frekuensi dan lain sebagainya. Sementara bentuk data dalam riset kualitatif berupa huruf atau cerita akan dianalisa dengan menggunakan triangulasi data mahasiswa ataupun dengan perbandingan jawaban kepada dosen pembimbing akademik.

⁴⁴Margareth Alston dan Wendy Bowles, *Research for Social Worker: Introduction to Methods*, (Canberra: Allen and Unwin. Pty.Ltd,1998), hlm. 195.

BAB III

PEMBAHASAN

Mahasiswa baru UIN Sunan Kalijaga pada dasarnya tidaklah berbeda dengan remaja akhir pada umumnya yang sedang menjalani salah satu fase dalam proses kehidupannya. Sebagai sebuah fase, masa remaja memiliki tugas perkembangannya yang khas dan akan membentuk sosok dewasanya. Erikson menyatakan bahwa di antara tugas perkembangan remaja antara lain adalah perkembangan fisik yang pesat mencapai kedewasaan, mulai lunturnya figur orang tua sebagai sosok yang ditiru dan digantikan orang lain, mulai muncul keraguan terhadap nilai-nilai yang diyakini, terjadi konflik identitas sehingga kadang yang dialami di fase anak muncul kembali, mencoba berbagai peran untuk menemukan peran yang cocok untuknya, dan kadang dapat menjerumuskan remaja dalam hal negatif seperti kenakalan remaja dan mungkin gangguan jiwa.⁴⁵

Masalah-masalah psikosial mahasiswa yang dipaparkan dalam hasil penelitian ini haruslah dipandang sebagai dampak dari krisis atau pencarian identitas. Spektrum masalah yang ditemukan mulai dari bahaya fisik sebagai efek dari pesatnya pertumbuhan biologisnya seperti citra diri dan kehamilan tidak diinginkan, serta bahaya psikologis seperti kenakalan remaja, gangguan jiwa depresi, konflik dengan orangtua, konflik teman sebaya, perkuliahan dan pekerjaan sebagai awal usaha menuju kemandirian.

⁴⁵ Sunaryo, *Psikologi.....*, hlm. 52-53

A. Analisa Deskriptif Masalah Psikososial Mahasiswa Baru UIN Sunan Kalijaga

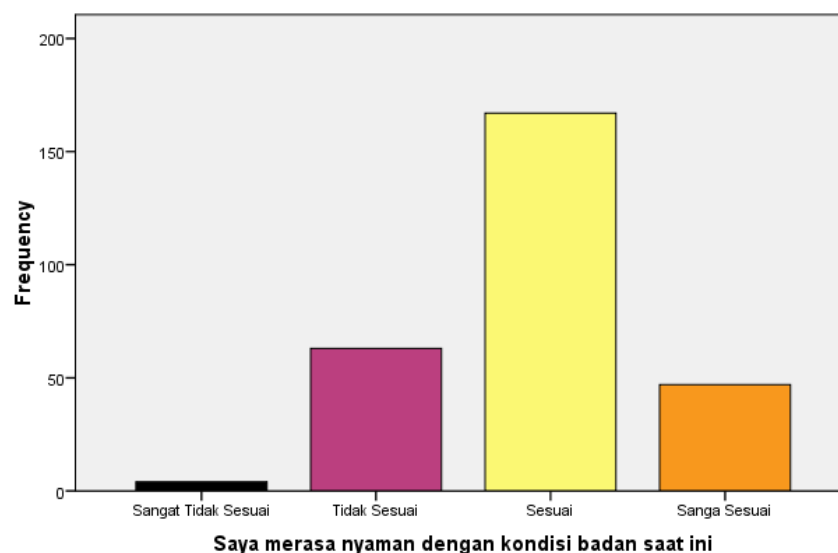
1. Citra Tubuh

Perubahan fisik yang dialami mahasiswa dapat menciptakan stigma terhadap citra tubuhnya sendiri. Citra tubuh didefinisikan sebagai cara pandang seseorang terhadap segala sesuatu yang ada dalam dirinya. Penilaian ini lebih didasarkan kepada pendekatan fisik semata seperti tinggi badan, berat badan, bentuk tubuh, bentuk tampilan, dan lain sebagainya. Beberapa bagian tubuh yang sering menjadi tolok ukur untuk citra tubuh adalah wajah, berat badan, ukuran badan, bentuk lengan, bentuk kaki, bentuk mata dan hidung, jenis rambut, massa otot, perut, pinggul dan lain sebagainya.

Dua respon terhadap citra tubuh tersebut memiliki implikasi yang berbeda-beda. Respon yang pertama adalah yang dapat menerima dirinya, maka remaja tipe ini akan lebih bisa menghargai tubuh bukan saja secara fisik tetapi lebih kepada aspek fungsional. Seorang mahasiswa yang telah menerima citra tubuhnya tidak hanya sebatas melihat dalam aspek penampilan semata. Mahasiswa yang telah menerima citra tubuhnya, akan cenderung menjaga kesehatan dirinya agar dapat berfungsi dengan baik. Sebaliknya, seorang remaja yang memiliki citra tubuh negative, maka hanya akan melihat dalam aspek penampilan semata, memperhatikan aspek fisik serta cenderung akan menghindari suatu keadaan yang mampu menjadikannya merasa tidak nyaman atas pandangan orang lain terhadap dirinya.

Citra diri dalam penelitian ini dilihat dari kenyamanan mahasiswa terhadap kondisi tubuhnya, kepercayaan diri terhadap kekurangan yang dimiliki, penilaian terhadap menarik dan tidaknya diri mahasiswa dan kemampuan membawa diri atau penampilan di hadapan public. Gambaran terhadap citra tubuh mahasiswa UIN Sunan Kalijaga, dapat dijelaskan dalam tabel dan bagan di bawah.

Bagan 1. Tingkat Kenyamanan Dengan Kondisi Tubuh Saat Ini



Berdasarkan kepada hasil survey yang dilakukan kepada 281 responden mahasiswa UIN Sunan Kalijaga, 167 orang menyatakan bahwa mereka telah merasa nyaman dengan kondisi tubuh mereka. Dari 167 responden, terbagi menjadi dua yakni 60 responden laki-laki dan 107 responden perempuan. Sebanyak 47 mahasiswa dari total responden merasa sangat nyaman dengan kondisi badan mereka saat ini. Hanya 67 responden yang menyatakan tidak sesuai dan sangat tidak sesuai dengan kondisi badan mereka. Itu artinya bahwa secara mayoritas (76% atau 214 mahasiswa) mereka memiliki penerimaan diri atas kondisi tubuh dengan baik.

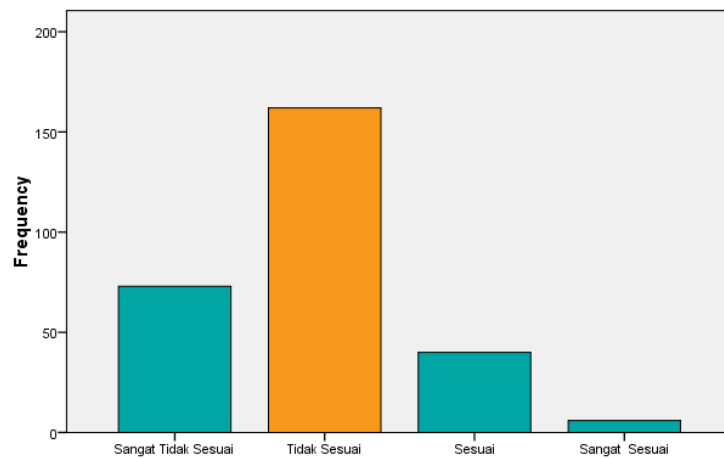
Penerimaan kondisi tubuh mahasiswa tersebut harus diuji kembali dengan mempertanyakan aspek kepercayaan diri. Salah satu indikator yang menjadi bukti penerimaan diri dan perasaan nyaman tersebut adalah mereka mampu menerima kondisi yang tidak sempurna dan mereka percaya diri dengan semua kondisi tersebut. Peneliti memberikan pertanyaan mengenai kepercayaan diri tersebut dengan mengajukan pertanyaan: apakah saudara merasa tidak percaya diri karena tubuh yang tidak sempurna?

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa UIN Sunan Kalijaga memiliki penerimaan diri dan cukup merasa percaya diri dengan semua ketidaksempurnaan tersebut. Deskripsi menggunakan bagan dijelaskan dalam diagram di bawah:

Tabel. 4 Kepercayaan diri terhadap kesempurnaan

		tidak percaya diri karena tubuh saya tidak sempurna				Total
		Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai	
Jenis Kelamin	Laki-Laki	31	50	11	3	95
	Perempuan	42	112	29	3	186
Total		73	162	40	6	281

Bagan 2. Merasa Tidak Percaya Diri



Berdasarkan pada bagan di atas, responden paling banyak, 235 orang atau sekitar 83,6 %, menjawab tidak sesuai dengan pertanyaan tidak percaya diri dengan ketidaksempurnaan tubuh. Hal ini artinya mereka cukup memiliki perasaan percaya diri dengan kondisi ketidaksempurnaan tubuh mereka.

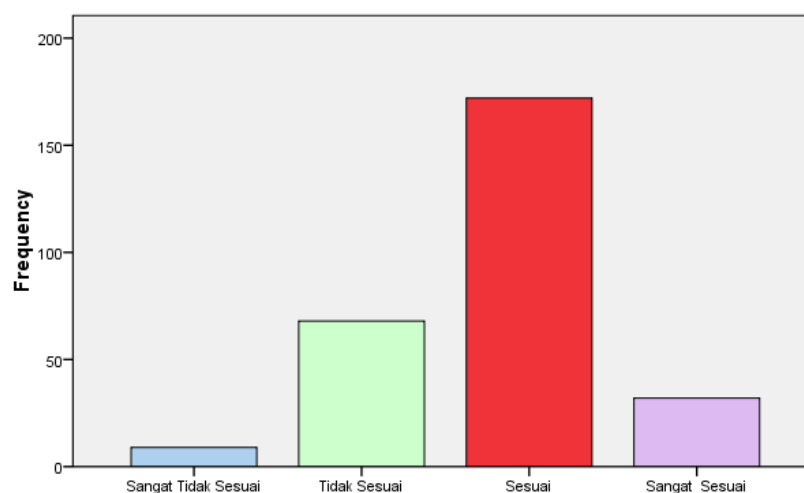
Sedangkan tentang penilaian atau anggapan bahwa diri mereka tidak menarik, data mengungkapkan bahwa gabungan jawaban sangat tidak sesuai dan tidak sesuai adalah 216 mahasiswa, hanya 65 mahasiswa yang jawabannya ada pada kategori sesuai. Ini artinya 76,8% mahasiswa merasa dirinya menarik. Secara detail data tersebut dapat dilihat dalam tabel di bawah ini:

Tabel. 5 Penilaian tidak menarik terhadap diri sendiri

		saya merasa tidak menarik				Total
		Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai	
Jenis Kelamin	Laki-Laki	22	57	14	2	95
	Perempuan	30	107	45	4	186
Total		52	164	59	6	281

Karena mayoritas mahasiswa merasa nyaman dengan kondisi tubuhnya, percaya diri dengan kekurangan pada tubuhnya, dan merasa diri mereka menarik, maka wajar jika mereka juga mampu tampil baik saat menghadiri acara tertentu di hadapan publik sebagaimana terlihat dalam bagan berikut ini:

Bagan 3. kemampuan tampil baik saat menghadiri acara tertentu



Dalam hal citra tubuh, baik mahasiswa laki-laki dan perempuan tidak jauh berbeda. Berdasarkan data, Mahasiswa laki-laki yang merasa tidak percaya diri dengan kekurangan fisik ada sejumlah 15 % dari total 95 orang, sedangkan mahasiswa perempuan ada sekitar 17% dari total 186 orang, tetapi pada saat menilai tentang menarik atau tidak dirinya, jumlah mahasiswa perempuan yang merasa tidak menarik ada 26 %, sedangkan mahasiswa laki-laki ada sekitar 17 %.

2. Pacaran dan Kehamilan Tidak Diinginkan

Salah satu yang menjadi perhatian kelompok remaja termasuk di dalamnya adalah mahasiswa semester awal adalah ketertarikan pada lawan jenis. Ketertarikan pada lawan jenis tersebut dapat berujung kepada salah satu tindakan yang disebut

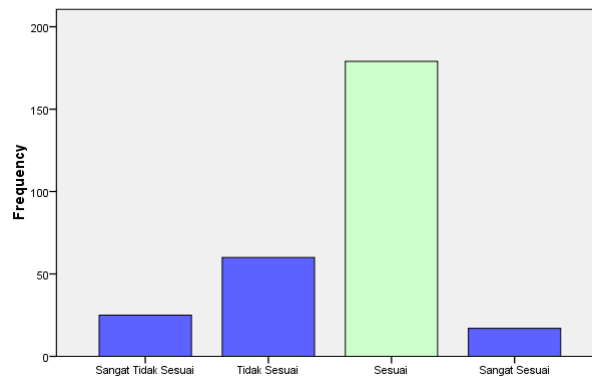
dengan *pacaran*. Konsep pacaran merupakan hubungan romantic dua orang remaja, tetapi belum atau tidak disahkan dalam ikatan pernikahan.

Pacaran bagi warga barat dianggap sesuatu yang biasa dan menjadi ciri peralihan masa remaja. Bahkan *romantic relationship* itu bagi masyarakat barat merupakan bentuk perilaku yang normative bagi para remaja di masyarakat barat. Jika mereka tidak memiliki hubungan khusus itu, mereka akan dianggap berbeda dengan yang lainnya. Berbeda dengan masyarakat timur, termasuk di Indonesia salah satunya. Di masyarakat timur, pacaran dianggap sesuatu yang bersifat *debatable*, yang maksudnya adalah apakah seorang remaja boleh pacaran atau tidak, waktu yang tepat untuk memiliki hubungan khusus, bagaimana ketentuan dan aturannya, dan lain sebagainya.

Kondisi pacaran mahasiswa UIN SUKA dapat dilihat dalam pandangan mereka tentang ke-lumrah-an pacaran, sikap orang tua terhadap pacaran, penetapan batasan dalam pacaran, pandangan tentang hubungan seks dalam pacaran, serta sikap pribadi dalam hubungan seks dalam pacaran.

Perspektif mahasiswa tentang pacaran dapat dilihat dalam bagan dan table berikut:

Bagan 4. perspektif tentang pacaran



Tabel 6. pacaran adalah hal yang lumrah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Sesuai	25	8.9	8.9	8.9
	Tidak Sesuai	60	21.4	21.4	30.2
	Sesuai	179	63.7	63.7	94.0
	Sangat Sesuai	17	6.0	6.0	100.0
	Total	281	100.0	100.0	

Tabel di atas menunjukkan bahwa jumlah mahasiswa yang menjawab sesuai dan sangat sesuai ada sebanyak 196 orang (179 sesuai, 17 sangat sesuai) dari 281 responden, sedangkan yang berada dalam kategori tidak sesuai lebih sedikit frekuensinya yakni 85 orang responden (60 menjawab tidak sesuai, 25 menjawab sangat tidak sesuai). Dari jumlah keduanya dapat disimpulkan bahwa pacaran adalah hal yang lumrah bagi 69,7 % mahasiswa.

Meskipun demikian, tidak semua mahasiswa yang menganggap pacaran hal yang lumrah disetujui berpacaran oleh orang tuanya. Data sikap orang tua terhadap pacaran anaknya terlihat dalam bagan 5 dan tabel 7 di bawah ini.

Bagan 5. Larangan pacaran dari orang tua



Tabel 7. Orangtua melarang untuk berpacaran

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Sesuai	20	7.1	7.1	7.1
	Tidak Sesuai	96	34.2	34.2	41.3
	Sesuai	109	38.8	38.8	80.1
	Sangat Sesuai	56	19.9	19.9	100.0
	Total	281	100.0	100.0	

Sebanyak 165 responden (109 menjawab sesuai, 56 menjawab sangat sesuai) menyatakan sesuai dari 281 responden, sedangkan yang menyatakan tidak sesuai lebih sedikit frekuensinya yakni 116 responden secara total, terdiri dari 96

responden yang menjawab tidak sesuai, dan 20 menjawab sangat tidak sesuai. Dari jumlah keduanya dapat disimpulkan bahwa jumlah orang tua yang melarang untuk berpacaran bagi mahasiswa dan orang tua yang tidak melarang pacaran memiliki perbandingan yang tidak jauh berbeda, yaitu 58,7 % berbanding 41,2 %.

Sebagai mahasiswa UIN yang dituntut menjalankan prinsip-prinsip beragama, mahasiswa yang berpacaran selayaknya menentukan batasan dalam pacaran, agar pacaran yang dijalani sehat secara mental dan sosial. Data mahasiswa yang menetapkan batasan dalam pacaran terlihat dalam table 8.

Tabel 8. Batasan Dalam Pacaran

		Saya tidak menetapkan batasan atau aturan tertentu dalam pacaran				Total
		Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai	
Jenis Kelamin	Laki-Laki	30	28	27	10	95
	Perempuan	82	68	26	10	186
Total		112	96	53	20	281

Sebanyak total 208 orang (112 sangat tidak sesuai, 96 tidak sesuai) masuk dalam kategori yang menyatakan tidak sesuai jika tidak menetapkan batasan dalam pacaran. Sedangkan yang termasuk dalam kategori sesuai lebih sedikit frekuensinya yakni 73 responden (20 sangat sesuai, 53 sesuai). Dari table di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar (74 %) responden menetapkan batasan atau aturan dalam berpacaran.

Perilaku seks dalam pacaran mahasiswa UIN dapat digambarkan dalam tabel 9 tentang pandangan hubungan seks dengan pacar adalah hal biasa. Sebanyak

254 responden (207 menjawab sangat tidak sesuai, 47 menjawab tidak sesuai) dapat dikategorikan menyatakan tidak sesuai dari 281 responden, sedangkan yang digolongkan menyatakan sesuai sedikit frekuensinya yakni 27 responden (13 menjawab sangat sesuai, 14 menjawab sesuai). Sehingga dari table tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden, sekitar 90 % menyatakan sangat tidak setuju apabila hubungan seks dalam berpacaran dianggap biasa saja, dan 10 % setuju dengan hubungan seks dalam pacaran.

Bagan 6. Hubungan Seks Dengan Pacar



Tabel. 9 Hubungan seks dengan pacar adalah biasa saja

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Sesuai	207	73.7	73.7	73.7
	Tidak Sesuai	47	16.7	16.7	90.4
	Sesuai	14	5.0	5.0	95.4
	Sangat Sesuai	13	4.6	4.6	100.0
	Total	281	100.0	100.0	

Ketika ditanyakan tentang sikap kesiapan dalam melakukan hubungan seks dengan pacar terlihat data yang menarik. Hal itu dapat dilihat dalam table 10 berikut ini:

Tabel, 10 Ketidaksiapan berhubungan seks dengan pacar

	Saya tidak siap melakukan hubungan seks dengan pacar				Total
	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai	
Jenis Kelamin Laki-Laki	13	10	21	51	95
Perempuan	20	6	25	135	186
Total	33	16	46	186	281

Sebanyak 186 orang yang menjawab sangat sesuai dan 46 orang yang menjawab sesuai dapat dimasukkan sebagai tidak siap atau tidak setuju berhubungan seks dengan pacar. Sedangkan yang menyatakan tidak sesuai yakni 16 responden dan yang menyatakan sangat tidak sesuai yaitu 33 responden, dapat dikategorikan sebagai kelompok yang siap melakukan hubungan seks dengan pacar. Sehingga dari table dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden (82,5 %) menyatakan tidak siap berhubungan seks dengan pacar, sedangkan yang siap berhubungan seks dengan pacar berjumlah sekitar 17,4%. Angka ini lebih tinggi dari pada angka yang menyatakan tidak setuju hubungan seks dalam pacaran adalah hal biasa. Ini artinya ada sebagian kecil mahasiswa yang meskipun tidak setuju hubungan seks dalam pacaran, tetapi mereka siap melakukan hubungan seks tersebut jika situasi atau pacar mendukung hal itu.

Perilaku pacaran mahasiswa yang mayoritas masih sehat secara norma sosial dengan tidak melakukan hubungan seks dengan pacar juga ditegaskan oleh Ady, dosen yang menjadi Pembimbing Akademik di Prodi Manajemen Dakwah. Sebagai PA yang ramah dan dekat dengan mahasiswa, Ady dalam kesempatan pertemuan rutin dengan mahasiswa sering mendengar cerita mahasiswa tentang relasi mereka dengan lawan jenis atau dengan pacar mereka. Mahasiswa bimbingannya ada yang bercerita bahwa mereka tidak ingin pacarnya berkunjung ke kos jika orang tua sedang mengunjungi mereka di Jogja. Ini artinya mahasiswa berpacaran tanpa sepengetahuan orang tua mereka. Ady menyadari bahwa karena paparan media dan kreatifitas mahasiswa yang tinggi, hubungan seks dengan pacar merupakan sebuah godaan yang berat dan dapat memicu nafsu hubungan seks mahasiswa. Maka dia sering bertanya kepada mahasiswanya, “kalau kamu hamil, yakin pasangan mu menikahimu?” agar mereka berfikir ulang.⁴⁶

3. Kenakalan Remaja: Napza dan Kriminalitas

Kenakalan remaja atau pelanggaran norma sosial mempunyai rentang perilaku yang luas, mulai dari pelanggaran norma yang ringan terhadap status sebagai mahasiswa seperti bolos kuliah, berbohong, melakukan demonstrasi; pelanggaran norma sebagai anak dengan meninggalkan rumah tanpa pemberitahuan selama sehari-hari, hingga pelanggaran norma aturan hukum resmi yang dinilai sebagai tindak kejahatan dan merugikan orang lain. Dalam penelitian ini kenakalan

⁴⁶ Wawancara FGD, 2 November 2020

remaja difokuskan pada pelanggaran yang dinilai berat bagi norma UIN Sunan Kalijaga yaitu mengonsumsi narkoba, melukai orang, dan mencuri.

Gambaran perilaku konsumsi narkoba mahasiswa terlihat dalam tabel 11 berikut ini:

Tabel 11. Konsumsi Alkohol

Fakultas * mengonsumsi alkohol dalam pergaulan Crosstabulation

		mengonsumsi alkohol dalam pergaulan				Total
		Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai	
Fakultas	Fishum	26	7	0	1	34
	Fak. Syariah dan Hukum	16	5	2	0	23
	Fak. Tarbiyah dan Keguruan	39	6	0	2	47
	Fak. Adab dan Budaya	29	6	1	2	38
	Fak. Saintek	33	5	0	1	39
	Fak. Ekonomi dan Bisnis	26	3	0	2	31
	Fak. Dakwah dan Komunikasi	30	8	2	0	40
	Fak. Ushuluddin dan Pemikiran Islam	23	6	0	0	29
Total		222	46	5	8	281

Pada tabel di atas responden terbanyak sejumlah 268 (95%) orang terdiri dari 222 orang memilih sangat tidak sesuai, 46 orang memilih tidak sesuai, tergolong sebagai kategori yang tidak sesuai atau tidak mengonsumsi alkohol dalam pergaulan. Mahasiswa yang mengonsumsi alcohol berada dalam rentang sikap sesuai dan sangat sesuai sejumlah 13 orang atau sekitar 4,6%. *Crosstabulation* dengan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan menunjukkan sebagai fakultas dengan responden

terbanyak yang tidak mengonsumsi alkohol. Sedangkan satu-satunya fakultas dengan responden yang tidak mengonsumsi alkohol adalah Ushuluddin dan Pemikiran Islam.

Penyalahgunaan obat-obatan terjadi jika mahasiswa mengonsumsi obat-obatan terlarang tanpa resep dokter dan tidak dalam kondisi sakit. Data penelitian tentang hal ini dapat dilihat dalam tabel 12.

Tabel 12. Penggunaan Obat Terlarang

Fakultas * tidak menggunakan obat terlarang tanpa resep dokter
Crosstabulation

		tidak menggunakan obat terlarang tanpa resep dokter				Total
		Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai	
Fakultas	Fakultas Fishum	5	3	12	14	34
	Fak. Syariah dan Hukum	5	2	5	11	23
	Fak. Tarbiyah dan Keguruan	6	5	13	23	47
	Fak. Adab dan Budaya	4	3	9	22	38
	Fak. Saintek	2	1	12	24	39
	Fak. Ekonomi dan Bisnis	5	2	6	18	31
	Fak. Dakwah dan Komunikasi	8	3	10	19	40
	Fak. Ushuluddin dan Pemikiran Islam	4	6	5	14	29
Total		39	25	72	145	281

Pada tabel di atas responden terbanyak yang memilih sangat sesuai dan sesuai untuk tidak menggunakan obat terlarang tanpa resep dokter berjumlah 217 (77%) orang. Crosstabulation dengan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan menunjukkan sebagai fakultas dengan responden terbanyak yang memilih opsi sangat sesuai. Opsi tidak sesuai dan sangat tidak sesuai memiliki jumlah responden setuju paling sedikit yakni sebanyak 25 responden dan 39 responden. Artinya ada sekitar 22,7 % (64 orang) yang menyalahgunakan obat-obatan tersebar cukup merata di semua fakultas.

Sedangkan data tentang perilaku melukai orang lain secara fisik memperlihatkan bahwa jumlah mereka lebih banyak daripada mengkonsumsi obat terlarang sebagaimana terlihat dalam tabel 13.

Tabel 13. Tindakan melukai secara fisik

Fakultas * pernah melukai seseorang secara fisik Crosstabulation

		pernah melukai seseorang secara fisik				Total
		Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai	
Fakultas	Fishum	10	15	9	0	34
	Fak. Syariah dan Hukum	11	6	6	0	23
	Fak. Tarbiyah dan Keguruan	20	16	9	2	47
	Fak. Adab dan Budaya	9	14	12	3	38
	Fak. Saintek	7	19	12	1	39
	Fak. Ekonomi dan Bisnis	16	9	6	0	31
	Fak. Dakwah dan Komunikasi	12	19	8	1	40
	Fak. Ushuluddin dan Pemikiran Islam	12	13	3	1	29
Total		97	111	65	8	281

Pada tabel di atas responden terbanyak memilih tidak sesuai (111 orang) dan sangat tidak sesuai (97) untuk pernah melukai secara fisik. Kedua kelompok ini dengan jumlah 208 (74 %) mahasiswa dapat dikatakan sebagai orang yang tidak pernah melukai orang lain secara fisik. Crosstabulation dengan Fakultas Saintek menunjukkan sebagai fakultas dengan responden terbanyak yang memilih opsi tidak pernah melakukan tindakan tersebut. Sementara mahasiswa yang memilih opsi sangat sesuai dan sesuai memiliki jumlah responden yang sedikit yakni sebanyak 73 (26 %) responden.

Tindakan kejahatan lain yang sering terjadi di kalangan mahasiswa adalah pencurian barang. Data perilaku ini dapat dilihat pada tabel 14.

Tabel 14. Pencurian barang orang lain

Fakultas * pernah mengambil barang orang lain tanpa sepengetahuan yang bersangkutan Crosstabulation

	pernah mengambil barang orang lain tanpa sepengetahuan yang bersangkutan				Total
	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai	
Fakultas Fishum	16	15	3	0	34
Fak. Syariah dan Hukum	12	5	6	0	23
Fak. Tarbiyah dan Keguruan	27	13	7	0	47
Fak. Adab dan Budaya	13	17	7	1	38
Fak. Saintek	20	16	3	0	39
Fak. Ekonomi dan Bisnis	20	6	4	1	31
Fak. Dakwah dan Komunikasi	14	20	6	0	40
Fak. Ushuluddin dan Pemikiran Islam	15	7	6	1	29
Total	137	99	42	3	281

Tabel di atas menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa dari semua fakultas tidak melakukan pencurian atau mengambil barang orang lain tanpa izin. Mereka ini berjumlah 236 orang atau sekitar 84%, sementara da sekitar 45 (16%) orang yang mengaku pernah mengambil barang tanpa izin yang tersebar di semua fakultas.

4. Depresi Dan Bunuh Diri

Masalah Psikososial lain yang diteliti adalah tentang depresi yang diderita mahasiswa. Terdapat 9 gejala depresi yang jika 5 gejala tersebut dialami mahasiswa

selama 2 minggu, maka mahasiswa dapat dikatakan terindikasi depresi. Diantara gejala tersebut adalah merasa depresi sepanjang hari dan mencoba bunuh diri. Hasil penelitian tentang depresi dan bunuh diri mahasiswa dapat dilihat dalam tabel 15 berikut:

Tabel 15. Gangguan Depresi

Fakultas * depresi hampir sepanjang hari Crosstabulation

		depresi hampir sepanjang hari				Total
		Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai	
Fakultas	Fishum	11	16	6	1	34
	Fak. Syariah dan Hukum	9	12	1	1	23
	Fak. Tarbiyah dan Keguruan	17	20	7	3	47
	Fak. Adab dan Budaya	7	20	10	1	38
	Fak. Saintek	9	19	11	0	39
	Fak. Ekonomi dan Bisnis	10	8	9	4	31
	Fak. Dakwah dan Komunikasi	14	18	7	1	40
	Fak. Ushuluddin dan Pemikiran Islam	10	14	4	1	29
Total		87	127	55	12	281

Tabel di atas menunjukkan mahasiswa di semua fakultas mengaku tidak mengalami depresi selama 2 pekan terakhir. Sekitar 67 (24 %) mahasiswa saja yang mengaku bahwa mereka merasa depresi sepanjang hari. Responden yang terbanyak yang mengaku mengalami depresi adalah mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis (FEBI) yaitu sejumlah 13 orang.

Pernyataan mahasiswa FEBI ini juga diakui oleh Yi, dosen yang menjadi Pembimbing Akademik di FEBI. Menurutnya depresinya itu biasanya disebabkan oleh tugas dan tuntutan Fakultas terhadap mahasiswa baru yang cukup tinggi. FEBI menargetkan mahasiswa mempunyai skor TOEFL 450 dan IKLA 350. Target ini dikejar oleh Fakultas sejak awal semester dengan menyelenggarakan *Bridge Course* di mana mahasiswa diharuskan mengikuti kursus TOEFL yang diselenggarakan Fakultas dan mahasiswa harus lulus. Selain itu mahasiswa juga harus lulus Baca Tulis Hadis dan Qur'an dan menghafal surat pendek sampai At-Thariq sebelum seminar proposal. Padahal mahasiswa FEBI mayoritas berasal dari sekolah menengah umum. Hal ini dirasa membebani mahasiswa karena di saat yang lain mahasiswa mendapat banyak tugas dari dosen, masih ditambah tugas BTHQ, TOEFL, IKLA dan lain-lain. Pernyataan dosen ini dikuatkan oleh mahasiswa FEBI yang diwawancara (JK). Dia mengaku terbebani oleh tugas-tugas kuliah yang selalu menumpuk, juga tugas kelompok yang menurutnya sering tidak efektif karena tidak semua mahasiswa dalam kelompoknya mengindahkan tugas tersebut.

Dibandingkan dengan fakultas lain misalnya fakultas Dakwah dan Syari'ah, tuntutan FEBI terhadap mahasiswa memang diakui cukup tinggi. Di Fakultas Dakwah yang sama-sama mayoritas mahasiswa berasal dari sekolah umum dan Fakultas Syari'ah yang mayoritas mahasiswa dari sekolah agama, tidak ada tuntutan kepada mahasiswa semester awal untuk hafal surat pendek sampai surat ath-Thariq. Kelulusan TOEFL dan BTAQ pun dituntut menjelang munaqasah atau sidang skripsi, itu pun dengan nilai TOEFL 400.

Depresi karena tugas menurut Sy, dosen Pembimbing Akademik di Prodi Muamalat, dan Yi dari FEBI menyampaikan ada beberapa dosen yang menerapkan standard tugas yang tinggi kepada mahasiswa semester awal, menyamakan standard

mahasiswa UIN dengan mahasiswa UGM seperti menugaskan mahasiswa untuk mereview jurnal internasional, menerjemahkan buku, dsb.

Perasaan depresi yang terus menerus akan berdampak pada perilaku tidak bersemangat melakukan aktifitas, tidak bisa tidur atau bahkan tidur terus, nafsu makan berkurang, merasa tidak berharga, sering memikirkan kematian, dan akhirnya merasa putus asa dan mencoba bunuh diri.

Namun tidak semua gejala depresi akan membawa pada bunuh diri. Seperti misalnya gejala merasa tidak berharga atau merasa bersalah dalam penelitian menunjukkan bahwa jumlah mahasiswa yang merasa bersalah ternyata cukup banyak, yaitu sekitar 112 orang (39, 6%). Mereka ini adalah yang memberikan jawaban sangat sesuai atau sesuai, sebagaimana diperlihatkan dalam tabel 16 berikut:

Tabel 16. Merasa bersalah dan tidak berharga

merasa bersalah atau tidak berharga					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Sesuai	41	14.6	14.6	14.6
	Tidak Sesuai	128	45.6	45.6	60.1
	Sesuai	86	30.6	30.6	90.7
	Sangat Sesuai	26	9.3	9.3	100.0
	Total	281	100.0	100.0	

Dari 67 mahasiswa yang merasa depresi ada sekitar 24 mahasiswa yang sering memikirkan kematian dan bunuh diri, sebagaimana ditunjukkan oleh tabel berikut ini:

Tabel 17. Memikirkan Kematian atau Bunuh Diri

memikirkan kematian atau bunuh diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Sesuai	154	54.8	54.8	54.8
	Tidak Sesuai	103	36.7	36.7	91.5
	Sesuai	20	7.1	7.1	98.6
	Sangat Sesuai	4	1.4	1.4	100.0
	Total	281	100.0	100.0	

Syukurnya, hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 67 yang merasa depresi hanya ada 2 orang yang pernah mencoba bunuh diri namun gagal, karena yang bersangkutan masih dapat mengisi kuesioner ini. Mahasiswa yang mencoba bunuh diri itu berasal dari Fakultas Fishum dan Fakultas Hukum & Syari'ah. Tabel hasil penelitian dapat dilihat dalam table di bawah ini:

**Tabel 17. Percobaan bunuh diri
Fakultas * mencoba bunuh diri Crosstabulation**

		mencoba bunuh diri				Total
		Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai	
Fakultas	Fishum	27	6	0	1	34
	Fak. Syariah dan Hukum	20	2	0	1	23
	Fak. Tarbiyah dan Keguruan	36	11	0	0	47
	Fak. Adab dan Budaya	28	10	0	0	38
	Fak. Saintek	31	8	0	0	39
	Fak. Ekonomi dan Bisnis	25	6	0	0	31
	Fak. Dakwah dan Komunikasi	36	4	0	0	40
	Fak. Ushuluddin dan Pemikiran Islam	21	8	0	0	29
Total		224	55	0	2	281

5. Hubungan Dengan Orang Tua

Mahasiswa merupakan seseorang yang masih dalam usia remaja. Dalam perkembangannya sangat dipengaruhi oleh keberadaan orang tua. Peneliti mencoba melihat hubungan anak dengan orang tua dalam proses perkembangannya. Hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 18. Hubungan Mahasiswa dengan Orang Tua

No	Problem	Respon dalam %			
		Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
1	Orang tua percaya si anak dapat berbuat baik di masyarakat	0.7	3.2	64.8	31.3

2	Berkomunikasi dengan hangat dan baik	0.7	8.2	52.7	38.4
3	Orang tua mendukung hobi	2.8	11.4	53.4	32.4
4	Orang tua sibuk bekerja, tidak ada waktu untuk anak	34.5	49.5	12.8	3.2
5	Orang tua memberi hadiah /reward jika baik dan menghukum jika berbuat salah	7.5	45.9	39.5	7.1
6	Terbuka dengan orang tua saat ada masalah	4.6	37.0	34.9	23.5
7	Malas berkumpul dengan keluarga	27.8	54.1	15.7	2.5
8	Orang tua mengatur kegiatan dengan ketat	14.2	60.1	19.9	5.7
9	Orang tua mengatur pendidikan sesuai dengan keinginannya	19.6	56.2	16.7	7.5
10	Orang tua membandingkan satu anak dengan lainnya	25.6	43.8	23.1	7.5
11	Orang tua mengawasi dengan ketat kegiatan anak di luar	10.3	45.9	36.7	7.1
12	Orang tua berkomunikasi dengan anak secara tegas dan keras	13.5	56.9	23.5	6.0
13	Minder dengan saudara kandung	13.5	40.9	38.1	7.5

Beberapa factor yang dapat mendukung protes tumbuh seorang mahasiswa adalah keluarga. Beruntungnya mahasiswa UIN Sunan Kalijaga memiliki lingkungan keluarga yang baik dibuktikan dengan jawaban mahasiswa yang

mayoritas, 90 %, menyatakan proses komunikasi mahasiswa dengan orang tuanya yang hangat. Orang tua memiliki kepercayaan untuk anak dapat bertumbuh di tengah masyarakat dengan baik (95%), orang tua mendukung hobi anak (85%), sehingga menjadikan keluarga adalah tempat berkumpul yang nyaman (82%). Orang tua membebaskan pendidikan anak (76%), dan tidak senang membandingkan anak satu dengan lainnya (69%).

Masalah keluarga yang dialami mahasiswa yang mendapat prosentase terbanyak adalah minder dengan saudara kandung (45,6 %), Keterbukaan terhadap orang tua ketika menghadapi masalah (41,6 %), dan komunikasi orang tua yang tegas dan keras (29, 5 %).

6. Problem Kuliah

Belajar di level Perguruan Tinggi menekankan aspek kemandirian. Metode pembelajarannya juga menekankan kepada individu. Sebagai contoh jadwal kuliah, antara satu mahasiswa dengan mahasiswa lainnya bisa jadi berbeda bisa jadi bersama meskipun satu angkatan.

Sebagai mahasiswa yang aktif dalam tahun pertama, tentu bukan hal yang mudah untuk melakukan penyesuaian-penyesuaian proses pembelajaran. Peneliti mencoba melihat lebih dekat segala macam masalah yang sering dihadapi oleh mahasiswa di tahun pertama perkuliahan dengan menanyakan beberapa pertanyaan, mulai dari proses pembelajaran, lingkungan, tugas dan lain sebagainya. Hasilnya secara detail ditampilkan dalam data berikut:

Tabel 19. Masalah dalam Perkuliahan

No	Problem	Respon dalam %			
		Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
1	Groggi saat presentasi	12.1	35.6	44.8	7.5
2	Jantung berdebar saat bicara di depan umum	7.8	34.5	48.0	9.6
3	Mudah mengobrol dengan siapapun	2.1	31.3	57.7	8.9
4	Memegang kontrol atas kesuksesan diri sendiri	2.8	28.8	61.2	7.1
5	Gelisah dalam kelompok tak dikenal	7.5	38.1	49.1	5.3
6	Sulit mendisiplinkan diri	7.8	34.2	49.8	8.2
7	Tahu cara belajar yang efektif	2.8	20.3	60.5	16.4
8	Tidak yakin dapat berfikir kritis	6.8	37.0	50.5	5.7
9	Terjebak dalam kebiasaan yang menghambat kesuksesan	4.6	28.8	54.4	12.1
10	Tidak menyadari keyakinan yang menghambat kesuksesan	3.6	43.4	47.7	5.3
11	Memiliki jaringan dalam kehidupan yang dapat diandalkan	2.5	33.5	50.9	13.2
12	Menghabiskan waktu untuk hal yang tidak penting	14.9	49.1	31.7	4.3
13	Bisa melupakan cita-cita tanpa menyadarinya	10.3	32.7	50.9	6.0

14	Tidak yakin dapat belajar dengan maksimal	10.0	44.5	39.9	5.7
15	Sulit membuat rencana jangka panjang dan pendek	6.0	52.7	35.6	5.7
16	Tertib dan disiplin	1.8	35.6	52.3	10.3

Berdasarkan data di atas, kami melakukan identifikasi terhadap masalah-masalah yang sering dihadapi oleh mahasiswa pada tahun pertama. Dari total responden yang menjawab kuesioner, 44.8% menyatakan grogi saat melakukan presentasi. Hampir lebih dari 50% mahasiswa UIN Sunan Kalijaga memiliki kekhawatiran saat berbicara di depan umum. Hal itu dibuktikan dengan detak jantung yang berdebar-debar saat berbicara di depan umum. Mereka gelisah berada dalam kelompok yang tidak dikenal. Sebanyak 49% responden menyatakan sulit mendisiplinkan diri dan 8.2% sangat sulit untuk mendisiplinkan diri. Mereka juga tidak yakin mampu berfikir secara kritis, dibuktikan dengan 50.5% menjawab sesuai untuk pertanyaan tidak mampu berfikir secara kritis. Lebih dari 50% responden merasa terjebak dalam kebiasaan yang menghambat kesuksesan. Permasalahannya adalah mereka tidak mengetahui secara pasti masalah apa saja yang menghambat kesuksesan yang sedang mereka alami. Identifikasi penyebabnya adalah ketidakmampuan melakukan manajemen waktu, tidak mengetahui cara belajar yang efektif, dan mampu melupakan cita-cita dalam waktu yang singkat. Hal yang menjadi kelebihan dari mahasiswa UIN Sunan Kalijaga adalah mampu mengobrol dengan baik kepada siapapun.

7. Problem Ekonomi

Menjadi mahasiswa adalah orang-orang yang beruntung baik secara intelektual maupun secara ekonomi. Karena tidak semua orang dapat diterima sebagai mahasiswa jika tidak memiliki kapasitas akademik sebagaimana yang ditetapkan oleh masing-masing kampus. Bukan hanya kapasitas intelektual, dalam era globalisasi kapitalistik, termasuk dalam dunia pendidikan, menjadi seorang mahasiswa adalah orang yang beruntung secara ekonomi. Karena persyaratan administrasi secara ekonomi, biasanya menjadi salah satu indikator diterimanya seseorang menjadi mahasiswa suatu perguruan tinggi.

UIN Sunan Kalijaga merupakan merupakan salah satu kampus negeri yang menetapkan beberapa persyaratan dalam sistem seleksi mahasiswanya. Persyaratan itu setidaknya dilihat dari persyaratan administrasi akademik, yang berkaitan dengan standarisasi nilai agar bisa diterima menjadi mahasiswa, sederet prestasi, dan lain sebagainya. Selain administrasi akademik, seorang calon mahasiswa UIN Sunan Kalijaga juga diwajibkan untuk mengisi kesanggupan pembiayaan perkuliahan dengan menggunakan indikator penghasilan orang tua calon mahasiswa.

Faktor ekonomi juga menjadi salah satu indikator untuk mendeskripsikan kondisi psikososial mahasiswa UIN Sunan Kalijaga. Kami mengajukan tujuh pertanyaan terkait dengan kondisi perekonomian keluarga dan relevansinya dengan keadaan mahasiswa. Data disajikan dalam bentuk tabel di bawah secara lengkap sebagai berikut:

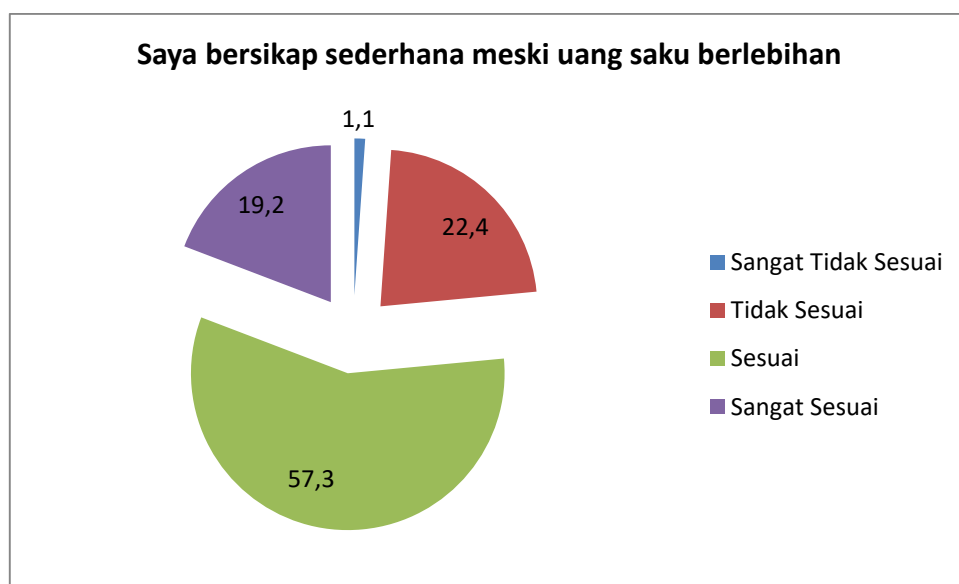
Tabel 20. Problem Ekonomi Mahasiswa

No	Problem	Respon dalam %			
		Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
1	Orang tua memberikan uang saku dan membebaskan penggunaannya	10.7	27.8	50.2	11.4
2	Mengonsumsi barang sesuai dengan kebutuhan/ manfaat bukan keinginan	2.5	18.9	53.0	25.6
3	Dalam membeli barang dan jasa, saya mempertimbangkan aspek manfaat	1.4	11.4	58.4	28.8
4	Saya bersikap sederhana meski uang saku berlebihan	1.1	22.4	57.3	19.2
5	Pendapatan orang tua mempengaruhi belanja dan konsumsi saya	2.1	15.3	59.4	23.1
6	Saya membiayai kuliah sendiri tanpa bantuan orang tua dengan bekerja	26.3	56.2	14.2	3.2

Aspek ekonomi keluarga yang paling dekat dengan kehidupan mahasiswa adalah ketersediaan uang saku. Seringkali seseorang diberikan uang saku oleh orang tua untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan primer. Agar uang saku tersebut dapat bermanfaat, orang tua akan berpesan penggunaan uang tersebut. Data yang kami peroleh menunjukkan bahwa orang tua cenderung membebaskan penggunaan uang saku bagi si anak. Mayoritas atau lebih dari 75% orang tua cenderung membebaskan penggunaan uang saku si anak. Kebebasan yang diberikan oleh

orang tua menjadi tantangan bagi mahasiswa agar mampu memenuhi kebutuhan hidupnya. Kami menanyakan tentang bagaimana proses konsumsi yang sering dilakukan oleh para mahasiswa. Data menunjukkan bahwa 53.0% menjawab sesuai dan 25.6% menjawab sangat sesuai untuk pemenuhan konsumsi yang dilatarbelakangi oleh kebutuhan bukan sekedar keinginan semata. Hal yang menjadi pertimbangan kebutuhan tersebut adalah aspek manfaat sebuah produk. Sebanyak 53.0% responden menyatakan sesuai memilih barang belanjaan sesuai dengan aspek manfaat. Bukan saja pertimbangan manfaat suatu produk, mahasiswa UIN Sunan Kalijga juga cenderung memilih gaya hidup sederhana dibanding berlebih-lebihan. Meskipun si anak memiliki uang saku yang berlebihan, mereka cenderung memilih untuk hidup secara sederhana, bukan bersikap boros.

Bagan. 7 Sederhana membelanjakan uang saku



Berdasarkan kepada penggolongan respon mahasiswa UIN Sunan Kalijaga di atas, 76.5% menyatakan bahwa mereka memilih hidup sederhana meskipun mereka memiliki kelebihan uang saku. Hal ini menjadi salah satu keunggulan mahasiswa UIN Sunan Kalijaga, mereka memiliki sifat tidak boros dan bergaya hidup sederhana meskipun mereka memiliki kelebihan uang. Salah satu faktor yang mempengaruhi gaya hidup mahasiswa UIN Sunan Kalijaga adalah pendapatan orang tua. Peneliti menanyakan tentang pola konsumsi dipengaruhi pendapatan orang tua, mereka menyebutkan 59,4% sesuai dan 23,1% sangat sesuai.

Masalah ekonomi lain yang patut diperhatikan adalah mahasiswa yang membiayai kuliahnya sendiri. Data menunjukkan ada sekitar 17,4 % mahasiswa UIN yang biaya kuliahnya tidak ditanggung oleh orang tua. Para mahasiswa ini membiayai kuliahnya dengan mengandalkan beasiswa atau bekerja. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh pembimbing akademik Sy, dari fakultas Syari'ah bahwa masalah mahasiswa yang sering dikeluhkan diantaranya adalah masalah keuangan, bahkan beberapa mahasiswa ada yang meminjam uang ke beliau. Kesulitan keuangan mahasiswa kadang juga disebabkan oleh gaya hidup yang berlebihan. Menurut Sy dan Yi, beberapa mahasiswa bergaya hidup seperti model yang mengutamakan penampilan daripada kesederhanaan. Mereka yang bergaya hidup berlebihan ini ada sekitar 21%.⁴⁷

Tingkat ekonomi mahasiswa UIN Sunan Kalijaga juga diukur menggunakan proyeksi mereka setelah lulus. Peneliti mengajukan pertanyaan tentang

⁴⁷ Wawancara FGD, 2 November 2020

perencanaan yang akan dilakukan pasca lulus, apakah memilih bekerja atau kuliah. Asumsi yang dibangun ketika seseorang memilih pendidikan, yang bersangkutan sudah memiliki gambaran pendanaan, yang artinya memiliki tingkat ekonomi lebih baik. Pertanyaan yang langsung berkaitan secara ekonomi adalah memilih kerja dari pada melanjutkan S2, dan diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 21. Minat bekerja setelah lulus

Kurang berminat S2 karena memilih kerja

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Sesuai	55	19.6	19.6	19.6
	Tidak Sesuai	154	54.8	54.8	74.4
	Sesuai	65	23.1	23.1	97.5
	Sangat Sesuai	7	2.5	2.5	100.0
	Total	281	100.0	100.0	

Berdasarkan kepada hasil survey, 73 % responden menjawab sangat tidak sesuai dan Tidak memilih bekerja daripada melanjutkan S2. Ini berarti mereka menyatakan berminat melanjutkan S2. Hal ini dapat dibaca dalam *trend* kekinian untuk minat melanjutkan pendidikan sampai dengan sarjana yang lebih tinggi. Tidak seperti pada zaman dahulu, mahasiswa ingin segera lulus karena hendak bekerja.

8. Pergaulan Sebaya

Mahasiswa dalam usia remaja memiliki banyak pengalaman baru. Pengalaman tersebut bisa didapat dari hasilnya mencari sendiri, maupun dipengaruhi oleh orang yang berada di sekitarnya. Orang-orang yang berada di

sekitar kita setiap hari meliputi keluarga, teman dan sahabat. Dalam lingkungan akademik, tentu saja adalah sesama mahasiswa. Dalam lingkungan pertemanan adalah orang-orang yang sering diajak bertemu dan bermain bersama. Mereka itulah yang disebut sebagai teman sebaya.

Hasil survey kepada 281 mahasiswa UIN Sunan Kalijaga dalam indikator teman sebaya, dapat digambarkan dalam tabel di bawah:

Tabel 22. Pergaulan Sebaya

No	Problem	Respon dalam %			
		Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
1	Memilih kepada siapa saja berteman	7.5	30.6	47.7	14.2
2	Pertemanan bersyarat	19.6	56.2	21.4	2.8
3	Sanggup berkorban agar diterima di suatu kelompok	29.9	55.5	12.1	2.5
4	Sering merasa sepi walau bersama banyak teman	9.6	41.3	40.6	8.5
5	Hampir tidak pernah merasa tidak punya teman	10.3	42.3	36.7	10.7
6	Cenderung memiliki beberapa teman saja	10.0	40.2	42.7	7.2
7	Lebih senang mengamati daripada berdialog langsung	4.6	39.9	47.3	8.2
8	Banyak teman menjauhi saya	22.1	60.1	12.8	5.0
9	Senang dengan teman berbagai daerah	1.8	4.6	45.6	48.0
10	dalam Pertemanan sebaya, ada yang	14.9	53.4	26.3	5.3

	menghambat kesuksesan saya				
--	-------------------------------	--	--	--	--

Untuk mendeskripsikan peran teman sebaya dalam perkembangan psikososial mahasiswa UIN Sunan Kalijaga, kami mengajukan 10 item pertanyaan. Kesepuluh pertanyaan tersebut diturunkan dari teori yang dipilih dalam penelitian, meliputi : proses pemilihan teman, syarat pertemanan, pengorbanan dalam pertemanan, interaksi sosial, sampai perannya dalam menunjang kesuksesan.

Hasil penelitian terhadap 281 mahasiswa UIN Sunan Kalijaga, mereka memilih kepada siapa saja mereka akan berteman. Pemilihan tersebut akan menunjang proses seleksi dalam pereteman. Hal ini baik mengingat banyak sekali remaja yang mengalami kesalahan pergaulan hingga mengakibatkan hal-hal yang tidak diinginkan. Pergaulan bebas menjadi salah satu kekhawatiran bagi orang tua masa kini. Sehingga apabila mahasiswa menetapkan proses seleksi dalam pertemanan diharapkan tidak mengalami pergaulan yang salah.

Berdasarkan kepada data di atas juga, meskipun mereka mayoritas setuju untuk melakukan seleksi pertemanan, mereka tidak menetapkan syarat-syarat tertentu dalam menjalin relasi pertemanan. Oleh karena itu juga maka tidak ada upaya khusus agar mampu diterima menjadi anggota suatu kelompok. Hal ini berarti relasi pertemanan yang terjalin di lingkungan mahasiswa dijalankan atas asas kesetaraan pertemanan.

Dalam relasi yang demikian, kami menanyakan tentang perasaan mereka jika sedang berkumpul bersama. Kami menanyakan apakah ada perasaan sepi jika

mereka sedang berkumpul bersama. Sebanyak 49 % menyatakan mereka merasa sepi meskipun sedang bersama dengan teman. Data ini menunjukkan bahwa dalam hubungan pertemanan mereka belumlah mendalam. Bisa jadi pertemanan hanya sebatas pertemanan saja. Perasaan kesepian akan ketidakadaan teman dirasakan oleh 37,6% responden mahasiswa UIN Sunan Kalijaga. Sebanyak 42.3% responden menyatakan sesuai untuk pernyataan hampir merasa tidak pernah tidak punya teman. Salah satu factor yang menyebabkan itu terjadi adalah mereka merasa cenderung hanya memiliki beberapa teman saja. Berdasarkan 42.7% dari total responden menyatakan sesuai bahwa mereka cenderung memiliki beberapa teman saja.

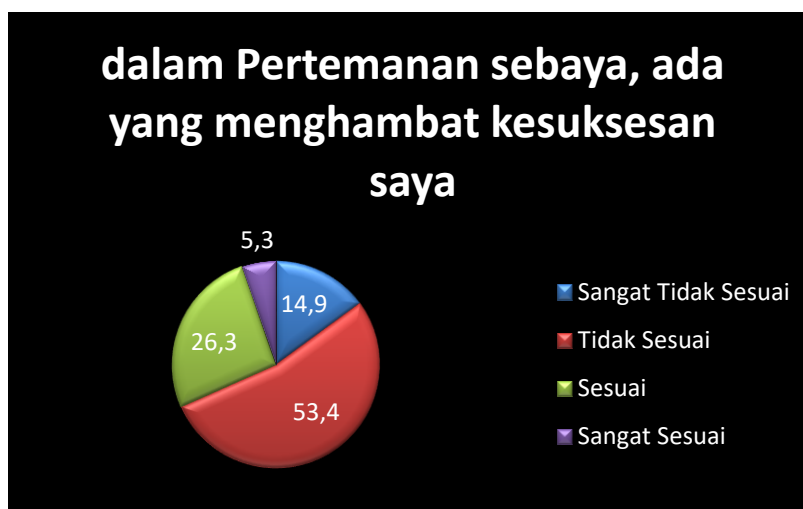
Proses pertemanan akan menjadi suatu relasi yang abadi jika terjadi interaksi aktif antar satu mahasiswa dengan mahasiswa yang lainnya. Oleh karena itu kami menanyakan tentang keaktifan mereka dalam menjadi pertemanan tersebut. Berdasarkan kepada data survey, kami mendapati hasil relasi mereka kurang memiliki interaksi yang aktif. Sebagai ukuran kami mengajukan pertanyaan tentang tindakan mereka dalam proses interaksi. Pertanyaannya adalah pilihan sikap mereka yang lebih senang mengamati daripada berdialog langsung. Sebanyak 47.3% menyatakan mereka melakukan observasi saja daripada berdialog langsung. Sebanyak 8.2% malah merespon sangat sesuai untuk melakukan interaksi dalam bentuk observasi. Hal ini menunjukkan bahwa interaksi pertemanan yang terjadi cenderung bersifat pasif, bukan aktif.

Pertemanan yang pasif tidak menjadikan mereka memiliki hubungan yang buruk. Hal tersebut kami dapatkan data dari respon mahasiswa terhadap sikap teman mereka yang menjauhi. Sebanyak 60.1% menyatakan tidak sesuai dan 22.1%

menjawab sangat tidak sesuai. Pendapat mereka yang lain adalah tentang pertemanan lintas suku dan atau lintass daerah. Mereka sangat tertarik untuk memiliki hubungan pertemanan dengan orang beda daerah. Dari total 281 resonden mahasiswa, hanya 1.8 mahasiswa UIN Sunan Kalijaga yang sangat tidak senang dengan pertemanan beda daerah. Mayoritas memiliki pandangan yang baik dalam sila ke tiga pancasila, persatuan Indonesia.

Meskipun memiliki semangat persatuan yang cukup tinggi, mereka ada yang menganggap bahwa dalam relasi pertemanan sebaya, ada yang menjadi penghambat kesuksesan. Datanya adalah sebagai berikut:

Bagan 8. Pertemanan yang menghambat kesuksesan



Bagan di atas menunjukkan bahwa sekitar 31 % mahasiswa berpendapat bahwa pertemanan terkadang bisa menghambat kesuksesan.

B. Strategi Koping Mahasiswa Baru UIN Sunan Kalijaga

Dalam usaha mengatasi masalahnya, mahasiswa angkatan 2018 menggunakan beberapa jenis koping. Ada koping yang berfokus pada emosi dan ada koping yang berfokus pada masalah.

1. Koping yang berfokus pada emosi

Koping klasifikasi ini dilakukan mahasiswa untuk menangani gejala psikologis yang dia rasakan seperti merasa sedih, bingung, pusing, gelisah dsb. namun tidak mengatasi masalah yang dihadapinya secara langsung. Dalam koping jenis ini perasaan gelisah, sedih, bingung dsb, akan terasa ringan dan masalah terlupakan sejenak, namun masalah yang sebenarnya tetaplah belum terselesaikan. Perasaan sedih, bingung, gelisah bisa kembali datang ketika memikirkan masalahnya lagi. Jenis Koping yang dilakukan mahasiswa adalah:

a. Avoidance (menghindari masalah)

Yang dimaksud menghindari masalah adalah mahasiswa untuk sementara waktu tidak memikirkan masalah yang dialami dengan menjauh dari sumber masalah. Koping ini dilakukan oleh mahasiswa Im yang memilih pulang ke rumah pada saat mendapat masalah, misalnya kuliah dan kegiatan ekstrakurikuler yang bertabrakan, meskipun masalahnya menurutnya tidak berat. Selain pulang ke rumah, cara Im menghindari masalah adalah dengan banyak makan dan tidur. Dengan pulang ke rumah, Im menghindari kampus sebagai sumber masalah, dengan banyak makan dan tidur, Im berusaha melupakan masalah untuk sementara waktu. Namun tetap saja masalah yang Im hadapi di kampus menunggu untuk diselesaikan.

Koping jenis ini jika terus menerus dilakukan akan berdampak negatif secara fisik. Makan terlalu banyak bisa menyebabkan obesitas, dan tidur terlalu lama akan mempengaruhi mood dan kesehatan badan. Karenanya Stuart dan Sundeen, serta Lazarus dan Folkman menyebutnya sebagai jenis koping yang negative.

b. Relaksasi

Relaksasi atau bersantai, berlibur, mencari hiburan, termasuk dalam jenis koping *palliation* (peringanan) yang bersifat positif. Dengan bersantai otot-otot dan syarat yang tegang dapat melentur kembali dan bisa diajak berfikir jernih. Koping ini dilakukan oleh JK dengan pergi ke tempat yang nyaman saat ia menghadapi masalah tugas kuliah yang menumpuk dan aktifitas ekstrakurikuler yang padat. Dengan bersantai di tempat yang nyaman dia akan merasa segar kembali baik secara fisik maupun emosi.

Karena dampaknya yang bagus bagi kejiwaan dan fisik, Stuart dan Sundeen dalam Siswanto, menyebut koping relaksasi sebagai koping yang positif. Meskipun masalah yang dihadapi tidak secara langsung terselesaikan.

c. Positif Reappraisal (Penilaian positif)

Yaitu berusaha memberikan penilaian positif terhadap masalah yang sedang dihadapi, atau mengambil hikmah pelajaran positif dari masalah tersebut. Koping ini dilakukan oleh Bunga ketika menghadapi masalah di pondoknya. Pondok tempat dia tinggal tidak mengizinkan Bunga untuk pulang saat libur kuliah, juga tidak diizinkan saat dia berniat pindah dari Pondok. Menurut pihak pondok memilih-milih santri yang diizinkan pulang,

kesempatan tidur di Pondok menurutnya hanya 3-4 jam. Mahasiswa angkatan 2018 memang oleh kampus UIN Sunan Kalijaga diwajibkan untuk belajar dan tinggal di Pondok selama 1 semester sambil kuliah di UIN. Karena peraturan pondok yang ketat, dia merasa interaksi sosialnya jadi tertutup, meskipun punya teman namun dia tidak dekat dengan teman tersebut setelah terjadi perselisihan di antara mereka. Ini membuat dia sering membolos kuliah dan IPK semester turun. Bunga lebih memilih untuk menyendiri, focus pada diri sendiri, bermuhasabah, dan meyakinkan diri bahwa apa yang menimpa dirinya sebagai ujian.

Dengan meyakinkan diri bahwa masalahnya adalah ujian, Bunga merasa lega. Namun seperti yang diungkapkannya, pilihan koping yang dia putuskan membuat masalah yang dihadapi tidak segera terselesaikan, bahkan berdampak pada memburuknya pertemanan dan perkuliahan. Menilai positif dari suatu masalah membutuhkan kekuatan moral dan spiritual bagi individu yang melakukannya, karena jika tidak dia justru terjebak dalam lingkaran dan mengisolasi diri sendiri, terlebih karena Bunga juga tidak bercerita pada orang tua tentang masalahnya. Mahasiswa seperti bunga tidak sendirian, ada sekitar 36 % mahasiswa UIN yang merasa tidak memiliki jaringan untuk membantu mengatasi masalahnya, dan 41 % mahasiswa tidak membicarakan masalah yang dialaminya dengan orang tua.

Koping ini juga dilakukan oleh Im berkenaan dengan tugas kuliah yang banyak, ia memandang tugas sebagai tantangan yang perlu di atasi, bukan beban.

2. Koping yang berfokus pada masalah

Koping ini disebut juga *direct action* atau tindakan langsung, karena masalah yang dihadapi secara langsung ditangani dan terselesaikan, sehingga tidak membebani lagi. Jenis koping yang termasuk dalam kategori ini yang dilakukan mahasiswa adalah:

a. Seeking Social Support (mencari dukungan sosial)

Untuk membantu mengatasi masalahnya, mahasiswa mencari dukungan sosial dari jaringan atau lingkungan sosial di sekitarnya yaitu orang tua, teman, ataupun dosen. Koping jenis ini seperti yang dilakukan oleh sekitar 59 % mahasiswa UIN yang berbicara dengan orang tua tentang masalahnya, dan 64 % mahasiswa yang memanfaatkan jaringan yang dimilikinya untuk membantu penyelesaian masalahnya. Dalam wawancara JK menyampaikan bahwa saat dia mengalami masalah selama kuliah, dia akan bercerita kepada teman terlebih dahulu, baru jika diperlukan bercerita kepada orang tuanya. Menempatkan teman sebagai tempat pertama mencari bantuan merupakan bagian dari usaha remaja dalam membangun kemandirian emosi dari orang tua.

Dalam masalah kesulitan keuangan, beberapa mahasiswa meminta bantuan kepada dosen, seperti yang disampaikan dosen Sy dan Yi. Menurut mereka jika ada mahasiswa yang meminta bantuan kesulitan keuangan, mereka kadang juga mengeluarkan dana untuk membantu mahasiswa, ataupun menjadi penjamin bagi mahasiswa saat mengajukan pinjaman ke lembaga keuangan kampus, misalnya BMT Manajemen Dakwah.

Namun dalam masalah yang bersifat pribadi seperti masalah pacaran, mahasiswa sangat jarang meminta bantuan kepada dosen. Hanya dosen tertentu yang mereka mintai saran, yang biasanya ramah dan proaktif kepada mahasiswa. Sayangnya menurut mahasiswa yang mengikuti FGD, mereka merasa sungkan untuk bercerita atau meminta bantuan dosen, dan dosen pembimbing akademik juga sulit untuk ditemui. Jarangnya intensitas dosen PA bertemu dengan mahasiswa bimbingan juga diakui oleh beberapa dosen dan mahasiswa. Hubungan Dosen PA dengan mahasiswa cenderung bersifat formal, yang dibutuhkan hanya saat urusan administrasi kampus. Dosen PA seperti Ady yang intensif bertemu dengan mahasiswa bimbingan, membuat grup whatsapp khusus dengan mahasiswa, dan menjadwalkan pertemuan secara rutin sebulan 2 kali, pertemuan pertama untuk membicarakan masalah yang akademik, dan pertemuan kedua bersifat non formal seperti makan soto bersama-sama.

b. *Planfull Problem Solving* (mengatasi masalah secara terencana)

Koping jenis ini dilakukan dengan mencari solusi yang dilakukan secara analitis oleh mahasiswa dengan melihat sumber daya yang dimiliki dan konsekuensi yang harus ditanggung. Sebanyak 41 % mahasiswa mampu membuat rencana jangka panjang dan jangka pendek tersebut. Salah satu contoh konkrit adalah upaya bekerja atau mencari beasiswa untuk membiayai kuliahnya. Meskipun beberapa diantara mahasiswa tersebut terkadang merasakan kesulitan harus menyeimbangkan waktu antara kuliah dan bekerja. Ada sekitar 17,4 % mahasiswa yang melakukan koping ini.

BAB IV

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisa kuantitatif dan kualitatif pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Mayoritas mahasiswa baru UIN Sunan Kalijaga, dengan Jumlah prosentase yang berbeda-beda, tidak mengalami masalah Psikososial.

Jumlah mahasiswa yang mengalami masalah Psikososial secara kuantitatif adalah: a) bahaya fisik; 46 (16,3 %) orang tidak percaya diri dengan kondisi fisiknya, 9 % menganggap hubungan seks dengan pacar adalah hal yang biasa dan 49 (17,4 %) orang siap melakukan hubungan seks dengan pacar, b) Perilaku moral: 13 (4,6%) orang mengkonsumsi alkohol, 64 (22,7 %) orang menggunakan obat terlarang tanpa resep dokter, dan sekitar 45-70 orang pernah melakukan tindak kriminal, c) Ketidakmatangan emosi: 24 % mahasiswa merasa depresi hampir sepanjang hari, dan pernah mencoba bunuh diri 2 orang, d) Hubungan keluarga: 16 % mahasiswa merasa orang tua terlalu sibuk dan tidak memperhatikan mereka, 41,6 % mahasiswa tidak terbuka terhadap orang tua ketika menghadapi masalah, e) Perkuliahan: 56 % mahasiswa tidak yakin dapat berfikir kritis dan merasa terjebak dalam kebiasaan yang menghambat kesuksesan, f) Masalah Ekonomi: 17 % mahasiswa bekerja untuk membiayai kuliahnya, g) Pertemanan sebaya: 49 % merasa kesepian walaupun di tengah keramaian.

2. Strategi koping yang dilakukan mahasiswa dalam mengatasi masalahnya sebagian berupa koping berfokus pada emosi (*emotion focus coping*) atau *palliation* dengan melakukan koping *avoidance* (menghindari masalah), relaksasi, *positif reappraisal* (mengambil hikmah positif), dan sebagian yang lain dengan koping berfokus pada masalah (*problem focus coping*) dengan mencari dukungan sosial (*seeking social support*) kepada orang tua, teman, dosen. Hanya sedikit dosen yang menjadi referensi mahasiswa saat menghadapi masalah psikologis dan terkait moralitas. Koping *planfull problem solving* dilakukan dengan bekerja untuk membiayai kuliah. Mahasiswa yang menggunakan koping berfokus pada masalah hanya mampu meredakan gejala perasaan, bahkan ada yang semakin memperburuk masalahnya.

B. SARAN

1. Untuk membantu mahasiswa yang mengalami masalah psikososial, perlu diefektifkan fungsi Pembimbing Akademik dengan memiliki dan mengoptimalkan grup whatsapp mahasiswa bimbingan, serta sosialisasi lembaga-lembaga kampus yang menangani masalah mahasiswa.
2. Kewajiban masuk pesantren menjadi beban psikologis bagi mahasiswa yang berasal dari sekolah umum, maka hendaknya pesantren perlu disesuaikan dengan generasi millennial dan akademik dengan mewujudkan ma'had al-jamiah yang dikontrol Rector, WR III/WD III
3. Sarana kampus yang sering menghambat urusan akademik seperti SIA perlu diperbaiki.

DAFTAR PUSTAKA

- Alston, Margareth and Bowles, Wendy,. *Research for Social Worker: Introduction to Methods*. Canbera, Allen and Unwin. Pty.Ltd, 1998
- Atwater, Eastwood. *Adolescence*. New Jersey: Prentice Hall, Inc., 1992
- Haditono, Siti Rahayu. Monks, F.J, A. Knoers, M. P. *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 1999.
- Hernawati, Neti. “Tingkat Stres dan Strategi Koping Menghadapi Stress pada Mahasiswa Tingkat Persiapan Bersama Tahun Akademik 2005/2006”, J.II. *Pert. Indon*. Vol 11(2), 2006, hlm. 43-49
- Hurlock, Elizabeth B., *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Terj. Istiwidayanti dan Sudjarwo. Jakarta: Erlangga, 1980
- Maryam, Siti., “Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya”, *Jurnal Konseling Andi Matappa*, Volume 1 Nomor 2 Agustus 2017, hlm. 101-107, diakses dari https://www.researchgate.net/publication/324997235_Strategi_Coping_Teori_Dan_Sumberdayanya
- Mufarrikoh, Zainatul., *Statistika Pendidikan (Konsep Sampling dan Uji Hipotesis)*, Surabaya: Jakad Media Publishing, 2019
- Northern, Helen., dan Kurland, Roselle., *Social Work With Groups*, New York: Columbia University Press, 2001
- Santrock, John W. *Remaja: Jilid 2*. Terj. Benedictine Widayanta. Jakarta: Erlangga, 2007
- Singarimbun, Masri & Effendi, Sofian *Metode Penelitian Survei*, Jakarta: LP3ES, 1989.
- Siswanto, *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya*. Yogyakarta: Andi Offset, 2007
- Subardjo, Ratna Yunita Setiyani. “Perbedaan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Baru di Fakultas Ilmu Kesehatan (FIKES) dan Non Fakultas Ilmu Kesehatan (Non FIKES) Universitas Aisyiyah Yogyakarta”. *Jurnal Psikologi Integratif*. Vol. 6, Nomor 1, 2018, hlm. 18-28

Sumarni ,Sri. Dardiri, Achmad., Zuchdi, Darmiyati., “Pengembangan Model Pendidikan Karakter Berbasis Penguatan Modal Sosial Bagi Mahasiswa Uin Sunan Kalijaga”, *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi dan Aplikasi* Volume 3, No 1, Juni 2015 (44-57), diakses dari <https://journal.uny.ac.id/index.php/jppfa/article/view/7811/6700>

Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*, Jakarta: EGC, 2004

Vidiawati, Dhanasari. Iskandar, Shelly. Agustian, Dwi. “Masalah Kesehatan Jiwa pada Mahasiswa Baru di Sebuah Universitas di Jakarta”. *eJournal Kedokteran Indonesia*. Vol.5 No.1, April, 2017, hlm. 27-33

Yusuf, A. Muri. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*, Kencana: Jakarta, 2014

Zastrow, Charles. & Kirst-Ashman, Karen K. *Understanding Human Behaviour and The Social Environment*, Third Edition. Illinois: Nelson-Hall., 1993