

**HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN BERAGAMA DENGAN STRATEGI
COPING PADA SANTRIWATI DI PONDOK PESANTREN TAHFIDZ PUTRI
AL-LATHIFIYYAH PALEMBANG
(RELATIONSHIP BETWEEN RELIGIOUS MATURITY WITH COPING
STRATEGIES ON FEMALE STUDENTS AT THE BOARDING SCHOOL AL-
LATHIFIYYAH TAHFIDZ DAUGHTER PALEMBANG)**

Risma Frianty & Ema Yudiani*

Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
UIN Raden Fatah Palembang

Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk mengkaji secara ilmiah hubungan antara kematangan beragama dengan strategi *coping* pada santriwati di Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Lathifiyyah Palembang. Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel adalah *purposive sampling* dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 50 santriwati yang mukim di Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Lathifiyyah Palembang. Hasil uji validitas alat ukur kematangan beragama pada santriwati berkisar antara 0,313-0,625 dengan reliabilitas sebesar 0,880 sedangkan validitas alat ukur strategi *coping* pada santriwati yaitu skala *problem focused coping* berkisar antara 0,325-0,712 dengan reliabilitas sebesar 0,918 dan skala *emotional focused coping* berkisar antara 0,305-0,838 dengan reliabilitas 0,842. Data yang diperoleh dianalisis dengan uji korelasional *Product Moment* dari Karl Person. Penelitian ini memberikan hasil bahwa ada hubungan antara variabel kematangan beragama dengan strategi *coping* dengan nilai $r=0,443$ dan sumbangan sebesar 19,6%. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat hubungan antara kematangan beragama dengan strategi *coping* pada santriwati. Artinya, semakin tinggi kematangan beragama yang diperoleh santriwati maka akan semakin tinggi strategi *coping* menuju kepada *problem focused coping* saat ia bermasalah, sebaliknya santriwati yang memiliki kematangan beragama yang relatif rendah maka akan lebih cenderung memilih *emotional focused coping* dalam penyelesaian masalahnya. Ini berarti tinggi rendahnya kematangan beragama mampu menjadi salah satu prediktor bagi tinggi rendahnya strategi *coping*.

Kata Kunci: kematangan beragama, strategi *coping* pada santriwati

Abstract

This research is used correlational quantitative method that have purpose to learn about the relationship between religious maturity with coping strategy on female students at the boarding school al-lathifiyyah tahfidz daughter Palembang. This research used purposive sampling with sample total 50 student that stay at at the boarding school al-lathifiyyah tahfidz daughter Palembang. The result of validity test on the scale of religious maturity is around 0,313-0,625 and the result of reliability test is 0,880. On the other hand, the result of validity test on the scale of facused coping is around 0,325-0,712 and the result of reliability test is 0,918 and emotional focused coping validity test is around 0,305-0,838 with reliability score 0,842. Data above about correlational analysis is an analysis form Karl Pearson product moment correlational test. This summary of this research is "there is an relationship between religious maturity with coping strategy with r score is 0,443 and its influence 19,6%. From the description above, we can conclude

* Penulis Penanggungjawab

that the hypothesis of this research is accepted, there are relationship between religious maturity with coping strategy on student. This means that the higher the religious maturity acquired santriwati the higher the coping strategies lead to the problem focused coping when he was in trouble, otherwise students who have relatively low religious maturity it will be more likely to choose the emotional focused coping in the resolution of the problem. This means that the level of maturity of religion to become one of the predictors for the high and low coping strategies.

Keywords : *religious maturity, coping strategy on students*

Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menjadi dewasa merupakan masa yang sulit. Sering disebut masa *stress and strom* karena pada masa ini remaja dihadapkan pada perubahan-perubahan yang membuat remaja bingung. Tidak hanya perubahan fisik yang berkembang pesat, tetapi juga perubahan lingkungan yang memaksa remaja untuk menjadi dewasa seperti yang diharapkan lingkungan padahal remaja sendiri tidak tahu harus berbuat seperti apa. Lingkungan mengharap remaja bisa bertanggung jawab seperti halnya orang dewasa (Hurlock, 2009). Perubahan-perubahan ini membuat remaja yang tidak bisa menemukan identitasnya mengalami kebingungan. Sehingga sebagian besar remaja menghadapi masalah-masalah baik itu dengan orang tua, teman maupun dengan kehidupan di sekolah.

Remaja dalam penelitian ini adalah Santriwati yang mendapatkan pendidikan di dalam pesantren, yang bertujuan untuk memperdalam pengetahuan tentang Al-Qur'an dan sunnah Rasul. Para santriwati belajar di sekolah, sekaligus tinggal pada asrama yang disediakan oleh pondok pesantren. Menurut Rochidin (2004), pondok pesantren berawal dari adanya seorang kiai di suatu tempat, kemudian datang santri yang ingin belajar agama. Setelah semakin hari semakin banyak santri yang datang, timbullah inisiatif untuk mendirikan pondok atau asrama di samping rumah kiai.

Pondok pesantren telah berkembang pesat mengikuti kekinian perkembangan zaman. Diantara perkembangan tersebut

adalah selain membekali ilmu agama, beberapa pesantren memberikan kebebasan dan waktu kepada santriwati untuk mengembangkan potensi santriwati di luar pesantren baik melalui sekolah, perkuliahan maupun pekerjaan.

Santriwati Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Lathifiyyah merupakan remaja yang berkisar dari umur 13 hingga 21 tahun ke atas. Menurut Mappiare (dalam Mohammad Ali, 2010) masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Santriwati Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Lathifiyyah yang merupakan kategori remaja, mengalami proses pematangan baik itu pematangan fisik, maupun psikologis.

Semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan *stereotip* belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa (Hurlock, 2009) sehingga pada masa remaja sering mengalami keadaan tertekan yang muncul dari dalam maupun dari luar diri individu. Melalui proses *appraisal* (penilaian), ketika diri dihadapkan pada suatu tekanan, maka sistem kognitif diri segera bereaksi terhadap tekanan tersebut dengan memunculkan perilaku yang akan membantu mengatasi atau mengurangi ketegangan yang dialami.

Perilaku yang membantu mengatasi atau mengurangi ketegangan inilah yang dinamakan dengan strategi *coping*. Strategi *coping* merupakan suatu cara yang dilakukan individu untuk menghadapi dan mengantisipasi situasi dan kondisi yang

bersifat menekan atau mengancam baik fisik maupun psikis (Fatchiah Kertamuda dkk, 2009). Dalam konteks kematangan beragama pada santriwati, strategi *coping* terhadap kematangan beragama seseorang menjadi ukuran dan pertimbangan yang akan dilakukan dalam rangka memilih cara yang paling tepat saat menghadapi suatu tekanan.

Beberapa orang segera menyusun rencana untuk memecahkan masalah, menghadapi permasalahan yang sedang dihadapi hingga permasalahan tersebut dapat terselesaikan. Sedangkan beberapa yang lain berpura-pura baik-baik saja dan bersikap seolah tidak ada permasalahan yang sedang terjadi, berharap masalah tersebut akan selesai dengan sendiri (Zalfa, 2009). Dua perilaku berbeda ini sesungguhnya sama-sama merupakan strategi *coping*.

Perilaku yang berbeda-beda dalam mengatasi tekanan mencerminkan bahwa strategi *coping* masing-masing individu belum tentu sama. Dalam hal ini, menurut Lazarus dan Folkman (dalam Nevid, 2003) terdapat dua strategi *coping*, yaitu *coping* yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*) dan *coping* yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*).

Perbedaan strategi *coping* inilah yang mengelompokkan perilaku orang-orang dalam mengatasi tekanan ataupun masalah. Orang yang tidak lari dari permasalahan dan menghadapi suatu tekanan termasuk orang yang menggunakan *coping* yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*), sedangkan orang yang menghindar dan mengingkari permasalahan yang sedang dihadapi termasuk orang menggunakan *coping* yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*).

Aldwin dan Revenson (dalam Wyllistik dkk, 2010) mengklasifikasikan *problem focused coping* menjadi tiga bagian, yaitu *pertama*, kehati-hatian dalam berpikir dan mempertimbangkan beberapa pemecahan

masalah serta mengevaluasi strategi-strategi yang pernah dilakukan sebelumnya atau meminta pendapat orang lain. *Kedua*, tindakan langsung untuk melihat usaha-usaha langsung individu dalam menemukan solusi permasalahan serta menyusun langkah-langkah yang akan dilakukan. Dan *ketiga*, negosiasi merupakan salah satu taktik dalam *Problem Focused Coping* yang diarahkan langsung pada orang lain atau mengubah pikiran orang lain demi mendapatkan hal yang positif dari situasi yang problematik tersebut. Sedangkan, *emotional focused coping* dibagi menjadi empat bagian, yaitu *pertama*, pelarian diri adalah individu berusaha untuk menghindarkan diri dari pemecahan masalah yang sedang dihadapi. *Kedua*, penyalahan diri adalah individu selalu menyalahkan diri sendiri dan menghukum diri sendiri serta menyesali yang telah terjadi. *Ketiga*, minimalisasi adalah individu menolak masalah yang ada dengan cara menganggap seolah-olah tidak ada masalah, bersikap pasrah, dan acuh tak acuh terhadap lingkungan. *Keempat*, pencarian makna adalah individu menghadapi masalah yang mengandung tekanan dengan mencari arti kegagalan bagi diri sendiri serta melihat segi-segi yang penting dalam kehidupan sehari-hari.

Selanjutnya, menurut Pergament (1997) ada beberapa hal-hal yang memiliki pengaruh terhadap pemilihan seseorang atas strategi *coping* yaitu *pertama*, materi seperti makanan dan uang. *Kedua*, fisik seperti vitalitas dan kesehatan. *Ketiga*, psikologis seperti kemampuan *problem solving*. *Keempat*, sosial seperti kemampuan interpersonal, dukungan sistem sosial. *Kelima*, spiritual seperti perasaan kedekatan dengan Tuhan.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan penulis, terdapat beberapa fenomena pada santriwati Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Lathifiyyah Palembang. Misalnya, beberapa santriwati mengalami kesulitan dalam

menghafal Al-Qur'an. Hal ini dikarenakan, santriwati kurang bisa menyusun rencana dalam membagi tugas antara kegiatan di luar pesantren maupun di dalam pesantren.

Banyak kegiatan di dalam pesantren yang harus dilakukan para santriwati, terutama menghafal Al-Qur'an, karena Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Lathifiyyah khusus untuk santriwati menghafal ayat-ayat suci Al-Qur'an atau yang sering disebut *hafidzah*. Santriwati diwajibkan menghafal Al-Qur'an minimal 4 juz selama satu tahun. Jika santriwati tidak bisa menghafal sampai 4 juz maka santriwati diberi waktu selama satu bulan untuk menghafal 1 juz. Akan tetapi, jika selama satu bulan santriwati juga tidak berhasil menghafal 1 juz maka santriwati akan dikeluarkan di pondok pesantren tersebut.

Hal inilah yang membuat santriwati mengalami suatu tekanan, bahkan santriwati yang penulis wawancarai harus mengorbankan tugas skripsi agar lebih fokus dalam menghafal Al-Qur'an. Selain itu, ada beberapa santriwati yang keluar dari ponpes karena tidak bisa mengikuti aturan yang diterapkan oleh pihak pondok pesantren. Akan tetapi dari hasil wawancara penulis, masih ada beberapa santriwati yang bisa menghafal Al-Qur'an meskipun banyak kegiatan di luar pesantren.

Wawancara penulis selanjutnya, terdapat fenomena cara santriwati untuk mengurangi ketegangan saat menghadapi masalah, terutama masalah akademik. Beberapa santriwati mengaku sudah cukup dengan membaca shalawat saat bangun malam dan sambil mengulang hafalan Al-Qur'an, sedangkan yang lain mengaku dapat mengurangi masalah dengan bercerita dengan ustadzah dan berkumpul bercanda ria bersama teman-teman, serta ada santriwati yang menyelesaikan sendiri permasalahan yang sedang dihadapi.

Selama wawancara yang penulis lakukan terhadap santriwati di pondok pesantren Tahfidz Putri Al-Lahifiyyah, ponpes ini sangat menerapkan aturan yang sangat ketat pada santriwati. Akan tetapi, santriwati juga diberi kebebasan dalam melakukan aktivitas di luar pesantren mengingat sangat penting pengembangan potensi diri santriwati demi kesiapan hidup di masa mendatang. Oleh sebab itu, sebagian besar di antara para santriwati adalah mahasiswa, sebagian masih sekolah dan sebagian yang lain sudah bekerja. Oleh karenanya, tekanan bagi para santriwati tersebut dapat muncul dari bagian manapun, baik dari kegiatan pesantren, dari hubungan sosial santriwati, maupun dari kegiatan luar yang dialami para santriwati.

Dalam pembahasan strategi *coping*, cara-cara tersebut merupakan strategi tipe *emotional focused coping*, di mana seseorang berupaya mengatasi ketegangan melalui pengatasan terhadap reaksi emosional yang mereka rasakan. Di sisi lain, perlu dicermati bahwa para santriwati tersebut bertempat tinggal di pondok pesantren yang mendidik mereka dengan pengetahuan agama serta melibatkan mereka dalam kegiatan keagamaan, seperti melaksanakan shalat, zikir, dan bentuk ibadah lainnya dalam konsep agama Islam demi mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Mendekatkan diri kepada Allah SWT, menurut Pergament (dalam Emma, 2006) merupakan salah satu strategi yang dapat mempengaruhi tingkah laku *coping* individu. Individu mencoba mengembalikan permasalahan yang dihadapi pada agama, rajin beribadah dan memohon pertolongan Allah SWT. Dalam Islam, Allah SWT telah mengatur dan memberi manusia berbagai cara untuk mengatasi masalah dalam hidup. Menurut Bahreisy dalam Al-Qur'an, Allah SWT telah mencantumkan secara tersirat tahap-tahap yang harus dilalui seseorang

untuk dapat menyelesaikan masalah. Firman Allah SWT yang berbunyi:

“*Bukankah Kami telah melapangkan untukmu dadamu?, dan Kami telah menghilangkan daripadamu bebanmu, yang memberatkan punggungmu? dan Kami tinggikan bagimu sebutan (nama)mu, karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain, dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap.*” (Q.S. Al-Insyirah:1-8)

Berdasarkan penjelasan ayat di atas bahwa setiap permasalahan yang dihadapi memiliki jalan keluar untuk menyelesaikannya. Sehingga individu diharapkan bersungguh-sungguh dalam menyelesaikan setiap masalah yang dihadapi dan menyerahkan segala sesuatu kepada Allah SWT. Oleh karenanya, lingkungan yang santriwati tinggali merupakan lingkungan yang sangat mendukung kematangan beragama dengan berbagai kegiatan yang melibatkan para santriwati tersebut sehingga para santriwati tersebut dapat dikatakan memiliki kematangan beragama yang tinggi.

Kematangan beragama adalah kemampuan seseorang untuk memahami, menghayati serta mengaplikasikan nilai-nilai luhur agama yang dianutnya dalam kehidupan sehari-hari (Jalaluddin, 2010). Menurut Ibnu Qayyim (dalam Nasbun, 2011) kriteria orang yang memiliki kematangan beragama berdasarkan Q.S. Al-Mu'minun: 1-10, yaitu: **Pertama**, terbina keimanan agar selalu bertambah kualitasnya. **Kedua**, terbina ruhiyah, menanamkan kebesaran dan keagungan Allah SWT sehingga menyibukkan diri dengan shalat lima waktu. **Ketiga**, terbina pemikiran sehingga akal hanya memikirkan ayat-ayat Al-Qur'aniyah.

Keempat, terbina perasaan sehingga segala ungkapan perasaan ditujukan kepada Allah SWT, senang atau benci, marah atau rela, semuanya karena Allah SWT. **Kelima**, terbina akhlaknya, meliputi berbicara jujur, bermuka manis, menyantuni yang tidak mampu, tidak menyakiti orang lain, dan berbagai akhlak mulia. **Keenam**, terbina kemasyarakatan, ikut mensejahterahkan masyarakat baik intelektualitas, ekonomi, dan gotong royong. **Ketujuh**, terbina kemauan sehingga diarahkan sesuai dengan kehendak Allah SWT dan selalu beramal shaleh. **Kedelapan**, terbina kesehatan, memberikan hak-hak badan untuk taat kepada Allah SWT. **Kesembilan**, terbina nafsu seksual, mengarahkan perkawinan yang di halalkan Allah SWT.

Konsep kriteria kematangan beragama yang diungkapkan Ibnu Qayyim berdasarkan Q.S. Al-Mu'minun: 1-10 di atas dapat disimpulkan bahwa orang yang memiliki kematangan beragama, setiap tingkah laku dan perbuatan yang dilakukan didasarkan atas ajaran-ajaran agama. Konsep kriteria kematangan beragama ini menggambarkan konsep kematangan beragama menurut agama Islam.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan penulis, terdapat beberapa fenomena pada santriwati Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Lathifiyyah Palembang. Santriwati menampakkan kematangan beragama melalui serangkaian perilaku beribadah. Santriwati mengetahui jumlah dan isi dari rukun Islam dan rukun Iman yang menandakan santriwati memiliki pengetahuan mengenai agama yang dianutnya, seperti meletakkan Al-Qur'an pada tempat yang lebih tinggi.

Hal ini menandakan santriwati mengamalkan dan menghargai Al-Qur'an sebagai kitab yang harus di hargai kesuciannya. Akan tetapi, ada beberapa santriwati yang kurang memahami isi kandungan Al-Qur'an. Santriwati hanya hafal

ayat-ayat Al-Qur'an dan terjemahan saja. Selanjutnya, santriwati melaksanakan shalat fardhu berjamaah sesama santriwati. Akan tetapi, hasil wawancara penulis, pada sebagian santriwati tidak khusyuh saat shalat, kadang-kadang santriwati lupa bacaan dan rakaat shalat.

Kemudian, santriwati menampakkan perilaku saling membantu, ditampakkan dengan kerja bakti, membersihkan masjid, dan membersihkan rumah ustad dan ustadzah yang menandakan santri memiliki akhlak yang baik. Akan tetapi, ada juga santriwati yang malas membantu membersihkan masjid dan membersihkan rumah ustad dan ustadzah. Selanjutnya, santriwati menampakkan keseriusan dalam melaksanakan zikir sehabis shalat, menandakan santriwati berusaha untuk meningkatkan pemahaman dan penghayatan dalam melaksanakan aktivitas beragama.

Menurut penulis dari hasil wawancara, perilaku kematangan beragama pada santriwati tersebut disebabkan penerapan penanaman nilai-nilai keberagamaan pada santriwati. Santriwati mendapatkan nilai-nilai keberagamaan melalui proses pendidikan formal maupun individu dari ustadz dan ustadzah di Pondok Pesantren dan di luar Pondok Pesantren. Akan tetapi, pada sebagian santriwati cenderung belum terealisasi nilai-nilai keberagamaan pada diri santriwati.

Padahal santriwati sebagai individu penghafal Al-Qur'an atau hafidzah adalah individu yang memiliki kematangan beragama yang tinggi. Seharusnya santriwati dengan kematangan beragama yang tinggi lebih memilih *problem focused coping* sebagai strategi *coping*. Akan tetapi, fakta dilapangan menunjukkan santriwati di Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Lathifiyyah justru lebih memilih *emotional focused coping*. Seperti yang telah dijelaskan penulis di atas, ada santriwati yang berhenti dari ponpes, dan ada yang menghindar dengan mengerjakan tugas yang lain.

Dari permasalahan yang telah dipaparkan di atas, dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut : “Apakah ada hubungan antara kematangan beragama dengan strategi *coping* pada santriwati di Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Lathifiyyah Palembang?”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji secara ilmiah hubungan antara kematangan beragama dengan strategi *coping* pada santriwati.

Landasan Teori

Lazarus dan Folkman (dalam Smet, 1994) memberi definisi strategi *coping* sebagai proses untuk mengelola jarak antara tuntutan-tuntutan baik yang berasal dari individu maupun di luar individu dengan sumber-sumber daya yang digunakan dalam menghadapi tekanan. Menurut Perarlin dan Schololer (dalam Wahyusari, 2002) mengemukakan perilaku *coping* ialah bentuk usaha yang dilakukan oleh individu untuk melindungi diri dari tekanan psikologi yang ditimbulkan oleh problematika pengalaman sosial.

Chaplin (2006) berpendapat bahwa strategi *coping* diartikan sebagai sembarang perbuatan, dalam mana individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya, dengan tujuan menyelesaikan sesuatu (tugas atau masalah). Sementara Mu'tadin (dalam Zalfa, 2009) memberi definisi mengenai strategi *coping* menunjuk pada berbagai upaya, baik mental maupun perilaku, untuk menguasai, untuk mentoleransi, mengurangi, atau meminimalisasikan suatu situasi atau kejadian yang penuh tekanan.

Berdasarkan sejumlah pendapat dari para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa pengertian strategi *coping* yang dikemukakan oleh para ahli sangat bervariasi. Namun pada intinya strategi *coping* merupakan aktivitas-aktivitas spesifik yang dilakukan oleh individu dalam bentuk kognitif dan perilaku,

baik disadari maupun tidak oleh individu tersebut, yang bertujuan untuk menghilangkan atau mengurangi ancaman-ancaman yang ditimbulkan oleh masalah internal maupun eksternal.

Dalam suatu permasalahan orang mempunyai kecenderungan untuk menyelesaikan masalah dengan cara yang berbeda-beda sehingga cara mengatasi masalah antara orang yang satu dengan yang lain berbeda-beda. Namun demikian para ahli telah menggolongkan bentuk strategi *coping*.

Aldwin dan Revenson (dalam Wahyusari, 2002) mengemukakan indikator-indikator strategi dalam menghadapi permasalahan yang dikembangkan dari teori Folkman dan Lazarus, membagi strategi *coping* menjadi dua yaitu:

a. *Problem Focused Coping*

Indikator yang menunjukkan berorientasi pada strategi ini antara lain:

- 1) *Cautiousness* (kehati-hatian), yaitu individu berfikir, meninjau dan mempertimbangkan beberapa alternatif pemecahan masalah, berhati-hati dalam memutuskan masalah, meminta pendapat orang lain dan mengevaluasi tentang strategi yang pernah diterapkan selanjutnya.
- 2) *Instrumental action* (tindakan secara langsung), yaitu individu melakukan usaha dan memecahkan langkah-langkah yang mengarahkan pada penyelesaian masalah secara langsung serta menyusun rencana bertindak dan melaksanakannya.
- 3) *Negotiation* (negosiasi), yaitu individu membicarakan serta mencari penyelesaian dengan orang lain yang terlibat di dalamnya dengan harapan masalah dapat terselesaikan.

Problem focused coping memungkinkan individu membuat rencana dan tindakan lebih lanjut, berusaha menghadapi segala kemungkinan yang akan terjadi untuk memperoleh apa yang telah direncanakan dan

diinginkan sebelumnya. Pada strategi *coping* berbentuk *Problem Focused Coping* dalam mengatasi masalahnya, individu akan berpikir logis dan berusaha memecahkan permasalahan dengan positif.

Problem focused coping digunakan untuk mengontrol hal yang terjadi antara individu dengan lingkungan melalui pemecahan masalah, pembuatan keputusan dan tindakan langsung. *Problem focused coping* dapat diarahkan pada lingkungan maupun pada diri sendiri.

b. *Emotion Focused Coping*

Indikator yang menunjukkan berorientasi pada strategi ini antara lain:

- 1) *Escapism* (pelarian diri dari masalah), yaitu usaha yang dilakukan individu dengan cara berkhayal atau membayangkan hasil yang akan terjadi atau mengkhayalkan seandainya ia berada dalam situasi yang lebih baik dari situasi yang dialaminya sekarang.
- 2) *Minimization* (meringankan beban masalah), yaitu usaha yang dilakukannya adalah dengan menolak memikirkan masalah dan menganggapnya seakan-akan masalah-masalah tersebut tidak ada dan membuat masalah menjadi ringan.
- 3) *Self Blame* (menyalahkan diri sendiri), yaitu perasaan menyesal, menghukum dan menyalahkan diri sendiri atas tekanan masalah yang terjadi. Strategi ini bersifat pasif dan *intropunitive* yang ditunjukkan dalam diri sendiri.
- 4) *Seeking Meaning* (mencari arti), yaitu usaha individu untuk mencari makna atau hikmah dari kegagalan yang dialaminya dan melihat hal-hal lain yang penting dalam kehidupan.

Emotion focused coping memungkinkan individu melihat sisi kebaikan (hikmah) dari suatu kejadian, mengharap simpati, dan pengertian orang lain, atau mencoba melupakan segala sesuatu yang berhubungan dengan hal yang telah menekan emosinya,

namun hanya bersifat sementara. Maksudnya individu belajar mencoba dan mengambil hikmah atau nilai dari segala usaha yang telah dilakukan sebelumnya dan dijadikan latihan pertimbangan untuk menyelesaikan masalah berikutnya. Contoh misalnya jika ada masalah dapat diceritakan kepada teman atau anggota keluarga. Hal ini bertujuan agar beban dapat berkurang walaupun hanya bersifat sementara karena individu menyelesaikan masalah dengan cara *represi* yaitu berusaha menekan masalah yang dihadapinya. Namun masalah yang sebenarnya belum terselesaikan atau dilupakan untuk sementara waktu saja.

Dari berbagai macam pilihan strategi *coping*, jenis *coping* teorinya Aldwin dan Revenson yang dikembangkan dari teori Lazarus dan Folkman yang akan digunakan dalam penelitian ini. Hal ini dikarenakan teori tersebut mempunyai beberapa indikator maupun deskriptor yang lebih jelas dibandingkan dengan teori yang diungkapkan para ahli yang lain dan juga bila dicermati pencakupan strategi *coping* teori tersebut sangat terlihat perbedaannya dengan yang lain. Perbedaan tersebut terlihat pada bagaimana Aldwin dan Revenson membagi jelas antara *Emotional Focused Coping* dengan *Problem Focused Coping*.

Menurut Pergament (dalam Emma, 2006) beberapa hal-hal yang memiliki pengaruh terhadap pemilihan seseorang atas strategi *coping*, antara lain sebagai berikut:

- a. Materi seperti makanan, uang
- b. Fisik seperti vitalitas dan kesehatan
- c. Psikologis seperti kemampuan *problem solving*
- d. Sosial seperti kemampuan interpersonal, dukungan sistem sosial
- e. Spiritual seperti perasaan kedekatan dengan Tuhan

Apapun perilaku *coping*, akan memberikan efek bagi penggunaanya, apakah itu baik atau buruk. Menyiapkan diri sebelum tekanan terjadi, yaitu dengan *coping* yang

proaktif ini individu dapat menyiapkan diri menghadapi kejadian atau peristiwa stres atau tekanan yang akan datang dan dapat mengurangi konsekuensi negatifnya dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Mendekatkan diri kepada Allah SWT berarti salah satunya kita harus memiliki kematangan dalam beragama. Menurut Slameto (dalam Wahyuni, 2008) kematangan beragama adalah suatu keadaan yang menimbulkan perubahan tingkah laku sebagai akibat dari pertumbuhan dan perkembangan dan ini berhubungan dengan fungsi-fungsi tubuh atau jiwa sehingga terjadi differensiasi.

Lebih lanjut Jalaluddin (2009) berpendapat bahwa kemampuan seseorang untuk mengenali atau memahami nilai agama yang terletak pada nilai-nilai luhurnya setelah menjadikan nilai-nilai dalam bersikap dan bertingkah laku merupakan ciri-ciri dari kematangan beragama. Ia menganut suatu agama tersebutlah yang terbaik. Karena itu, ia berusaha menjadi penganut yang baik. Keyakinan itu ditampilkannya dalam sikap dan tingkah laku yang mencerminkan ketaatan terhadap agama.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kematangan beragama merupakan kemampuan dasar dan arah dari kesiapan seseorang mengadakan tanggapan, reaksi, pengolahan, dan penyesuaian diri terhadap rangsangan yang datang dari dunia luar, baik dalam bidang kecerdasan, emosi, kepentingan-kepentingan sosial, maupun sensitivitas moral yang melibatkan sumber motivasi pribadi dan pengendalian moralitas, sehingga memiliki hasil nilai konsisten yang jelas dalam memahami, menghayati, serta mengaplikasikan nilai-nilai luhur agama yang dianutnya dalam kehidupan sehari-hari.

Dari Allport (dalam Wahyuni, 2008) dalam buku *The Individual And His Of Religion: A Psychological Interpretation* dapat dirumuskan aspek-aspek kematangan

beragama sebagai indikasi kehidupan beragama yang matang, yaitu:

a. *Differensiasi*, yaitu penjabaran dan perbedaan ajaran agama, atau penemuan kebenaran berdasarkan ajaran agama dan fakta-fakta, berkaitan dengan proses kognitif, aspek *diffrensiasi* ini mencakup:

- 1) *Observatif*, yaitu mengamati dan memperhatikan ajaran agama, atau fakta-fakta yang ada.
- 2) *Reflektif-Kritis*, yaitu mengupas mempertanyakan ajaran agama dan fakta-fakta, memikirkan dan merenungkan untuk kemudian menerima yang dapat diterima, dan mengkritik yang tidak dapat diterima.
- 3) *Berpikiran terbuka*, yaitu membuka diri pada semua fakta dan pemikiran logis, tidak menyempitkan pandangan dengan dogma saja.
- 4) *Objektif*, mendasarkan diri pada fakta yang benar, tidak fanatik secara buta, termasuk keterbukaan menerima pandangan atau pendapat yang berbeda dengan yang dianutnya.
- 5) *Penjabaran*, yaitu menerima adanya aspek-aspek rasional, emosioanl, dan spiritual dalam agama, serta bahwa dalam agama ada hal-hal yang dirasional dan ada yang tidak mengharmoniskan rasio dengan dogma.

b. *Karakteristik yang dinamis*, aspek-aspek ini mencakup, antara lain:

- 1) *Motivasi Intrinsik*, yaitu adanya dorongan untuk beragama yang berasal dalam diri sendiri.
- 2) *Otonom*, berarti mengendalikan diri sepenuhnya dan independent, atau bebas dari pengaruh atau kendali orang lain dalam beragama.
- 3) *Dinamis*, yaitu perilaku dan hidup yang terkontrol, terarah dan mengalami perubahan karena pengaruh agama.

c. *Komprehensif-Integral*, yaitu adanya pemahaman dan penerapan agama yang

menyeluruh dalam kehidupan sehari-hari. Aspek ini mencakup, antara lain:

- 1) *Keluasan dan integral*, meliputi agama dan menyatu dengan semua aspek dalam hidup, termasuk aspek-aspek sosial, ekonomi, budaya, kesenian, ilmu pengetahuan dan sebagainya.
- 2) *Universal*, yaitu menjadikan kebenaran, kebenaran berlaku dimana saja dan bagi siapa saja
- 3) *Konsistensi moral*, yaitu keselarasan tingkah laku dengan nilai moral secara konsisten
- d. *Heuristik*, berarti selalu berkembang adanya kepercayaan yang di yakini sementara sampai bisa dikonfirmasi atau membantu menemukan kepercayaan yang lebih valid. Aspek ini mencakup, antara lain: menyadari keterbatasannya dalam beragama, dan selalu berusaha meningkatkan pemahaman dan penghayatan dalam beragama.

Lebih lanjut, kriteria yang diberikan oleh Al-Qur'an bagi mereka yang dikategorikan orang yang matang beragama Islam cukup bervariasi yaitu bahwa orang yang memiliki kematangan beragama, setiap tingkah laku dan perbuatan yang dilakukan didasarkan atas ajaran-ajaran agama. Oleh karena itu, konsep kriteria kematangan beragama ini menggambarkan konsep kematangan beragama menurut agama Islam.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah: "Terdapat hubungan antara kematangan beragama dengan strategi *coping* pada santriwati di Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Lathifiyyah Palembang".

Metode

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah kematangan beragama sebagai variabel bebas dan strategi *coping* sebagai variabel terikat.

Definisi operasional dari kematangan beragama adalah kemampuan santriwati

Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Lathifiyyah untuk memahami, menghayati, serta mengaplikasikan nilai-nilai agama yang dianut dalam kehidupan sehari-hari. Variabel kematangan beragama diungkap dengan menggunakan skala kematangan beragama berdasarkan kriteria kematangan beragama yang dikemukakan Ibnu Qayyim mengacu pada Q.S. Al-Mu'minun: 1-10, yaitu terbina keimanan, terbina ruhiyah, terbina pemikiran, terbina perasaan, terbina akhlak, terbina kemasyarakatan, terbina kemauan, terbina kesehatan, dan terbina nafsu seksual. Sedangkan, strategi *coping* adalah kemampuan santriwati Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Lathifiyyah untuk menghilangkan atau mengurangi ancaman-ancaman yang ditimbulkan oleh masalah internal maupun eksternal, yang disadari maupun yang tidak disadari individu. Variabel strategi *coping* diungkap dengan menggunakan skala strategi *coping* berdasarkan pembagian tipe strategi *coping* yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman, yaitu *Problem Focused Coping* yang terdiri dari kehati-hatian, tindakan langsung dan negosiasi dan *Emotional Focused Coping* yang terdiri dari pelarian diri, penyalahan diri, minimalisasi, dan pencarian makna.

Subjek dalam penelitian ini adalah santriwati yang mukim (tinggal) di Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Lathifiyyah Palembang. Sampel yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu mengambil dan menetapkan sampel berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan.

Alat ukur yang digunakan adalah skala kematangan beragama dan skala strategi *coping* yaitu skala *problem focused coping* dan skala *emotional focused coping*. Skala kematangan beragama terdiri dari 72 item dengan reliabilitas 0,880. Skala strategi *coping* terdiri dari 70 item yaitu skala *problem*

focused coping ($\alpha = 0,918$), dan skala *emotional focused coping* ($\alpha = 0,842$).

Analisa data dilakukan menggunakan teknik korelasi *product moment* dengan bantuan program SPSS 14,0 *for windows*.

Hasil dan Pembahasan

Hasil analisis data didapatkan nilai korelasi $r = 0,443$ dengan taraf signifikansi 0,001 ($p < 0,001$) yang artinya terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kematangan beragama dengan strategi *coping* pada santriwati. Nilai korelasi yang ditunjukkan dalam perhitungan statistik adalah positif. Dengan kata lain semakin tinggi kematangan beragama yang diperoleh santriwati maka akan semakin tinggi strategi *coping* menuju kepada *problem focused coping* saat ia bermasalah, sebaliknya santriwati yang memiliki kematangan beragama yang relatif rendah maka akan lebih cenderung memilih *emotional focused coping* dalam penyelesaian masalahnya. Ini berarti tinggi rendahnya kematangan beragama mampu menjadi salah satu prediktor bagi tinggi rendahnya strategi *coping*. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini terdapat hubungan antara kematangan beragama dengan strategi *coping* pada santriwati diterima.

Dengan diterimanya hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, maka hal itu berarti kematangan beragama yang dimiliki santriwati mempengaruhi strategi *coping* pada santriwati. Hasil yang diperoleh ini sejalan dengan apa yang dikatakan Emma Indirawati (2006) bahwa ada korelasi atau hubungan positif antara kematangan beragama dengan kecenderungan strategi *coping* yaitu *Problem Focused Coping* pada Mahasiswa Fakultas Bahasa dan Seni pada UNY dan Fakultas Tarbiyah pada IAIN. Hal ini ditunjukkan oleh koefisien determinasi kematangan beragama terhadap kecenderungan strategi *coping* sebesar 14,82%. Semakin tinggi kematangan

beragama, semakin tinggi kecenderungan menggunakan *Problem Focused Coping*, begitu pula sebaliknya.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh peneliti, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara Kematangan Beragama dengan Strategi *Coping* yaitu *problem focused coping* pada Santriwati di Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Lathifiyyah Palembang.

Adapun saran yang diajukan oleh peneliti dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Santriwati Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Lathifiyyah yang sedang menghafal Al-Qur'an untuk mengurangi tingkat tekanan diharapkan lebih cenderung menggunakan *problem focused coping*, dimana penyelesaian masalah berfokus pada permasalahan. *Problem focused coping* dapat dilakukan dengan merencanakan pemecahan masalah, mencari dukungan sosial, dan menghadapi sumber permasalahan.
2. Bagi pengasuh Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Lathifiyyah diharapkan agar memberikan pembekalan mengenai pemilihan strategi *coping* yang efektif kepada para santriwati.
3. Bagi peneliti selanjutnya yang mengkaji variabel terikat yang sama untuk mempertimbangkan faktor lain sebagai variabel bebas yang mungkin berpengaruh terhadap pemilihan strategi *coping*. Sebagaimana diungkapkan Pergament, terdapat faktor-faktor selain kematangan beragama yang mempengaruhi strategi *coping*, yaitu faktor materi, fisik, psikologis, dan sosial. Kemudian, hendaknya peneliti lain untuk mempertimbangkan beberapa kelemahan dalam penelitian ini agar dijadikan perhatian, yakni beberapa kelemahan

antara lain dalam keterbatasan kemampuan peneliti dalam menyampaikan serta keterbatasan kemampuan dalam menciptakan instrumen yang memiliki validitas dan reliabilitas yang lebih bagus.

Daftar Pustaka

- Alsa, Asmadi (2010), *Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif dalam Penelitian Psikologi*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar, Cet ke IV.
- Arikunto, Suharsimi (2005), *Manajemen Penelitian*, Jakarta, Rineka Cipta.
- Assuyuti, Imam Basori (1988), *Bimbingan Shalat Lengkap*, Jakarta, Mitra Umat.
- Azwar, Saifuddin (2011), *Metode Penelitian*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar, Cet ke XII.
- _____ (2010), *Penyusunan Skala Psikologi*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar, Cet ke XIV.
- Chaplin (2001), *Kamus Lengkap Psikologi*, Rajawali Pers, Jakarta.
- Daradjat, Zakiah (1993), *Peranan Agama Dalam Kesehatan Mental*, Jakarta, Haji Masagung.
- Davidson, Gerald C, *et al*, *Psikologi Abnormal*, Jakarta, Rajawali Pers, 2010 Departemen Agama RI. 2010. *Al-Qur'an dan Tafsirnya*, Jakarta, Lentera Abadi.
- _____ (9 Juli 2012), Dokumentasi Pon-Pes Al-Lathifiyyah Palembang.
- Hadi, Sutrisno (2000), *Seri Program Statistik-Versi 2000*, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Hurlock, E.B (2009), *Development Psychology*, Mc Graw-Hill Inc, Inggris, 1980. Diterjemahkan Oleh Istiwidayanti dan Soedjarwo, *Psikologi Perkembangan (suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan)*, Jakarta, Erlangga.

- Indirawati, Emma (2006), *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, Vol.3 No. 2, Yogyakarta.
- Jalaluddin (2009), *Psikologi Agama*, Jakarta, Grafindo Persada.
- Nashori, F. Mucharam (2002), *Mengembangkan Kreativitas dalam Perspektif Psikologi Islami*, Jogjakarta, Menara Kudus.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., Greene, B (2003), *Psikologi Abnormal*. Jakarta, Erlangga.
- Pergament, Kenneth I (1997), *The Psychology of Religion and Coping Theory Research, Practice*. Guilford Press: New York.
- Purwakania Hasan, Aliah B (2008), *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*, Jakarta, Rajawali Pers.
- Ramayulis (2009), *Psikologi Agama*, Jakarta, Kalam Mulia.
- Shihab, M. Quraish (1999), *Wawasan Al-Qur'an tentang Kebebasan Beragama*, Jakarta, PT. Gramedia Pustaka.
- Tondok, Marselius Sampe dan Muhaimin (2006), *Modul Praktikum Aplikasi Komputer: SPSS*, Palembang, tidak diterbitkan.
- Wahyuasari (2002), *Perilaku Coping Pada Penderita Aids*. Program S1 Psikologi UMM.
- Zalfa, Khulaimata (2009), *Hubungan antara Tingkat Religiusitas dengan Strategi Coping pada Santri Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono*, Malang, Jurnal Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Nasbun (2013, Februari 12), *Kematangan Beragama*. <http://www.nasbun.com>