

ABSTRAK

Syafrihatun Nisa : Pendekatan Bimbingan Islam untuk Mengatasi Kecemasan Mahasiswa Akibat Orang Tua Pekerja Migran (Studi Kasus pada Keluarga Mahasiswa Asal Indramayu).

Fenomena orang tua yang bekerja sebagai pekerja migran merupakan salah satu strategi keluarga untuk menaikkan kesejahteraan ekonomi. Akan tetapi, kondisi tersebut juga menimbulkan pengaruh psikologis bagi anak yang ditinggalkan, termasuk mahasiswa yang mengalami keterpisahan dengan orang tua dalam jangka waktu yang lama. Keterbatasan interaksi dan dukungan emosional dari orang tua dapat memunculkan kecemasan, perasaan kesepian, serta ketidakamanan emosional.

Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui bentuk kecemasan yang dialami mahasiswa asal Indramayu yang orang tuanya bekerja sebagai pekerja migran, mendeskripsikan penerapan pendekatan bimbingan Islam dalam mengatasi kecemasan tersebut, serta mengetahui temuan penerapan bimbingan Islam terhadap pengurangan kecemasan mahasiswa. Penelitian memakai metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus melalui teknik wawancara, pengamatan, dan dokumentasi.

Landasan teoritis penelitian ini mengacu pada teori Attachment dari John Bowlby yang menguraikan pentingnya kelekatan emosional antara anak dan orang tua dalam membentuk rasa aman. Di samping itu, penelitian ini menggunakan gagasan bimbingan Islam yang menekankan penguatan iman, ibadah, dzikir, doa, sabar, ikhlas, dan tawakal sebagai usaha meraih ketenangan jiwa dan kesejahteraan psikologis.

Penelitian ini memakai metode kualitatif dengan strategi studi kasus pada mahasiswa asal Indramayu yang orang tuanya bekerja sebagai pekerja migran. Data didapatkan melalui wawancara, pengamatan, dan dokumentasi.

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa kecemasan mahasiswa akibat orang tua pekerja migran tampak pada aspek kognitif. Mahasiswa mengalami kekhawatiran berlebihan terhadap kondisi orang tua, perasaan rindu dan kesepian. Penerapan bimbingan Islam dijalankan melalui penguatan spiritual, pembiasaan ibadah, dzikir, membaca Al-Qur'an, pemberian nasihat keagamaan, serta penanaman nilai sabar, ikhlas, dan tawakal.

Kata Kunci: Bimbingan Islam, Kecemasan, Pekerja Migran, Mahasiswa, Teori Attachment, Spiritual Secure Base.