

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan pada jenjang perguruan tinggi dengan tuntutan untuk mengembangkan kemampuan intelektual, keterampilan akademik, serta tanggung jawab moral dan sosial. Dalam proses pendidikan tersebut, mahasiswa tidak hanya dituntut untuk memperoleh pengetahuan, tetapi juga mampu mengembangkan kemampuan berpikir kritis, memecahkan masalah, dan mempersiapkan diri untuk menghadapi berbagai tuntutan kehidupan setelah menyelesaikan pendidikan tinggi (Mukhtar et al., 2020). Tuntutan tersebut semakin meningkat ketika mahasiswa memasuki tahap akhir perkuliahan karena mereka dihadapkan pada berbagai kewajiban akademik yang harus diselesaikan sebagai syarat memperoleh gelar sarjana.

Salah satu tuntutan yang dihadapi mahasiswa tingkat akhir adalah penyelesaian skripsi. Proses penyusunan skripsi menuntut mahasiswa untuk mampu menentukan topik penelitian, menyusun rancangan penelitian, mengumpulkan dan menganalisis data, menyusun laporan ilmiah, serta melakukan revisi berdasarkan arahan dosen pembimbing. Dalam proses tersebut, mahasiswa dapat menghadapi berbagai kendala yang berkaitan dengan tuntutan akademik maupun kondisi pribadi. Tekanan tersebut dapat semakin terasa ketika mahasiswa harus menghadapi revisi secara berulang, kesulitan dalam menyelesaikan penelitian, keterbatasan waktu, proses bimbingan, serta tuntutan lain di luar kegiatan akademik. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tahap penyelesaian skripsi merupakan periode yang membutuhkan kemampuan mahasiswa dalam mengelola berbagai tuntutan secara efektif (Umjani, 2024).

Tekanan yang dialami mahasiswa dalam proses akademik dapat berkaitan dengan kondisi stres. Berdasarkan studi Mukhtar et al. (2020), prevalensi stres pada mahasiswa secara global mencapai 71%, sedangkan di Asia mencapai 61,3% dan

di Indonesia dilaporkan sebesar 87,5%. Mayoritas mahasiswa dalam penelitian tersebut berada pada kategori stres sedang, yaitu sekitar 71,6%. Sementara itu, Jusuf et al. (2022) menemukan bahwa hampir setengah peserta didik di Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Gorontalo angkatan 2018 mengalami stres yang berkaitan dengan berbagai tekanan akademik, termasuk dalam proses pengerjaan tugas akhir. Temuan tersebut menunjukkan bahwa tekanan akademik merupakan persoalan yang perlu diperhatikan karena dapat memengaruhi kondisi psikologis mahasiswa selama menjalani proses pendidikan (Muktar et al., 2020).

Stres yang tidak dikelola dengan baik dapat menghambat konsentrasi, produktivitas, dan kemampuan mahasiswa dalam menyelesaikan tuntutan akademik. Oleh karena itu, mahasiswa membutuhkan strategi untuk menghadapi dan mengelola tekanan yang muncul selama proses penyelesaian studi. Strategi tersebut dikenal sebagai *coping*, yaitu proses mental dan tindakan yang dilakukan individu untuk menyesuaikan diri terhadap situasi yang menimbulkan tekanan serta mengurangi dampak negatif yang ditimbulkannya (Andriyani, 2019). Penggunaan strategi *coping* yang tepat dapat membantu individu menghadapi permasalahan secara lebih adaptif, mempertahankan kestabilan emosional, serta menyesuaikan diri dengan tuntutan yang sedang dihadapi (Luh et al., 2024). Dengan demikian, kemampuan *coping* menjadi salah satu aspek penting untuk dikaji dalam memahami cara mahasiswa menghadapi tekanan selama proses penyelesaian skripsi.

Dalam menghadapi tekanan, strategi *coping* yang digunakan mahasiswa dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam diri maupun dari lingkungan sosial. Salah satu faktor internal yang dapat menjadi sumber kekuatan dalam menghadapi tekanan adalah religiusitas. Religiusitas tidak hanya berkaitan dengan keyakinan terhadap ajaran agama, tetapi juga tercermin dalam praktik keagamaan dan cara individu memaknai berbagai pengalaman dalam kehidupannya. Nilai-nilai keagamaan dapat memberikan ketenangan, kesabaran, harapan, dan pemaknaan terhadap kesulitan yang dihadapi. Fitriani (Fitriani, 2016) menjelaskan bahwa keimanan dapat menjadi sumber motivasi dan ketenangan

dalam menghadapi tekanan akademik, sehingga membantu mahasiswa dalam mengembangkan strategi *coping* yang lebih adaptif. Dalam konteks tersebut, religiusitas dapat menjadi salah satu sumber daya internal yang digunakan mahasiswa ketika menghadapi tekanan selama proses penyelesaian skripsi.

Selain faktor internal, dukungan sosial juga menjadi faktor eksternal yang dapat membantu mahasiswa menghadapi berbagai tuntutan akademik. Dukungan sosial dapat berasal dari orang tua, teman sebaya, dosen pembimbing, kakak tingkat, maupun lingkungan sosial lainnya. Menurut Sarafino dan Smith (2017), dukungan sosial mencakup bantuan yang diberikan oleh orang lain dalam bentuk perhatian, kasih sayang, rasa aman, penghargaan, maupun bantuan secara langsung. Keberadaan dukungan sosial dapat membantu mahasiswa memperoleh informasi, pertimbangan, maupun dukungan emosional ketika menghadapi permasalahan selama proses penyelesaian skripsi. Oleh karena itu, dukungan sosial menjadi salah satu sumber daya yang dapat digunakan mahasiswa dalam menghadapi tekanan dan menyelesaikan permasalahan akademik (Mutiarawati & Lestari, 2019).

Konteks tersebut terlihat pada mahasiswa Program Studi Teknik Informatika UIN Sunan Gunung Djati Bandung angkatan 2022 yang berjumlah kurang lebih 145 mahasiswa dalam empat kelas. Dalam proses penyelesaian studi, mahasiswa harus melalui beberapa tahapan akademik, yaitu Kerja Praktik (KP), Seminar Kerja Praktik, Seminar Proposal Skripsi, Tahfidz, Tilawah, dan Ibadah (TTI), Ujian Komprehensif, Kolokium, hingga Munaqosah. Pada tahap penyelesaian skripsi, mahasiswa dihadapkan pada tuntutan penelitian, penyusunan laporan, bimbingan, revisi, serta penyelesaian berbagai kendala selama proses penelitian. Kondisi tersebut menjadi bagian dari tuntutan akademik yang perlu dihadapi mahasiswa tingkat akhir.

Hasil peninjauan awal terhadap mahasiswa angkatan 2022 menunjukkan adanya berbagai kendala dan cara yang berbeda dalam menghadapinya. R.M. mengungkapkan kesulitan dalam membagi waktu antara pekerjaan dan skripsi serta kendala dalam proses bimbingan. S.F. menghadapi kendala dengan mencatat permasalahan yang perlu diselesaikan dan melakukan bimbingan dengan dosen.

Sementara itu, R.A. memilih mengambil jeda sejenak sebelum kembali mengerjakan revisi dengan mencari referensi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa menggunakan strategi yang beragam dalam menghadapi kendala selama penyelesaian skripsi.

Selain itu, peninjauan awal menunjukkan adanya pemanfaatan sumber daya religius dan sosial. Z.N. menyampaikan bahwa ketika tekanan terasa berat, “Sholat itu paling penting.” Sementara N.H. mengatasi kendala skripsi dengan “Diskusi dengan teman dan kakak tingkat yang sudah berpengalaman.” Kedua pernyataan tersebut memberikan gambaran awal bahwa mahasiswa dapat memanfaatkan aktivitas keagamaan maupun dukungan dari lingkungan sosial dalam menghadapi tekanan dan kendala akademik. Dengan demikian, variasi respons yang ditemukan dalam peninjauan awal menjadi dasar untuk mengkaji lebih lanjut strategi *coping* mahasiswa, khususnya keterkaitannya dengan religiusitas dan dukungan sosial.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini berfokus pada peran religiusitas dan dukungan sosial dalam strategi *coping* mahasiswa tingkat akhir program studi Teknik Informatika UIN Sunan Gunung Djati Bandung angkatan 2022. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai cara mahasiswa menghadapi tekanan selama proses penyelesaian skripsi serta sumber daya internal dan eksternal yang digunakan dalam proses tersebut.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini disusun untuk memberikan arah dan fokus dalam menggali tema yang diteliti. Mengingat penelitian ini membahas peran Religiusitas Dan Dukungan Sosial Dalam Strategi *Coping* Mahasiswa Tingkat Akhir pada Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung Program Studi Teknik Informatika Angkatan Tahun 2022, maka perlu dijabarkan sejumlah pertanyaan pokok yang dapat menuntun peneliti dalam menguraikan fenomena secara mendalam, di antaranya:

1. Bagaimana religiusitas dihayati dan dimanfaatkan sebagai strategi *coping* mahasiswa tingkat akhir program studi Teknik Informatika UIN Sunan Gunung Djati Bandung?
2. Bagaimana dukungan sosial diterima dan dimanfaatkan sebagai strategi *coping* mahasiswa tingkat akhir program studi Teknik Informatika UIN Sunan Gunung Djati Bandung?
3. Bagaimana mahasiswa memaknai hubungan dan keterkaitan antara religiusitas dan dukungan sosial bekerja dalam strategi *coping* mahasiswa tingkat akhir program studi Teknik Informatika UIN Sunan Gunung Djati Bandung?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian memberikan arah yang jelas bagi seluruh rangkaian kegiatan riset, yaitu memandu tahap pengumpulan data, analisis, dan penarikan kesimpulan sehingga arah dan fokus kajian mengenai religiusitas dan dukungan sosial dalam Strategi *Coping* mahasiswa tingkat akhir program studi Teknik Informatika UIN Sunan Gunung Djati Bandung Angkatan Tahun 2022 dapat dipahami secara lebih jelas dan terarah, di antaranya adalah:

1. Menganalisis cara mahasiswa tingkat akhir menghayati dan memanfaatkan religiusitas dalam menghadapi tekanan selama penyusunan skripsi.
2. Menganalisis bentuk dukungan sosial yang diterima dan dimanfaatkan mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi tekanan selama penyusunan skripsi.
3. Menganalisis cara religiusitas dan dukungan sosial saling melengkapi dalam membentuk strategi coping mahasiswa tingkat akhir.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Studi ini menjadi dasar yang signifikan bagi pengembangan kajian ilmiah, terutama dalam ruang lingkup program studi Teknik Informatika UIN

Sunan Gunung Djati Bandung, dengan fokus pada mahasiswa angkatan 2022, dengan fokus pada pemahaman mendalam mengenai religiusitas dan dukungan sosial dalam Strategi *Coping* mahasiswa tingkat akhir. Fokus utama dari penelitian ini adalah mengkaji bagaimana religiusitas yang dimiliki mahasiswa, serta dukungan sosial yang diterima dari lingkungan (keluarga, teman dan kampus), berfungsi sebagai strategi *coping* dalam menghadapi tekanan akademik dan psikologis menjelang kelulusan, khususnya dalam penyelesaian skripsi. Proses ini mencakup bagaimana nilai-nilai keagamaan dan interaksi sosial yang bermakna membentuk daya tahan (resiliensi), memberikan pengharapan, dan memengaruhi persepsi mahasiswa terhadap kesulitan, ditanamkan dan dihayati bukan hanya melalui ajaran formal, melainkan melalui kehidupan religius dan sosial yang dijalani bersama di lingkungan kampus dan sekitarnya.

2. Manfaat Praktis

Studi ini diharapkan bermanfaat sebagai referensi atau panduan implementasi bagi program studi Teknik Informatika UIN Sunan Gunung Djati Bandung, Pusat Layanan Konseling Kampus, serta dosen pembimbing dalam merancang dukungan akademik dan psikososial yang lebih efektif dan responsif terhadap kebutuhan mahasiswa tingkat akhir. Temuan penelitian ini dapat membantu jurusan membangun lingkungan pembelajaran yang lebih suportif dengan memperhatikan peran religiusitas dan dukungan sosial dalam proses *coping* mahasiswa selama menyelesaikan skripsi. Selain itu, model *coping* yang teridentifikasi dapat menjadi dasar bagi institusi untuk mengembangkan bentuk pendampingan yang lebih komprehensif, inklusif, dan selaras dengan kesejahteraan mahasiswa.

E. Ruang Lingkup dan Batasan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam peran religiusitas dan dukungan sosial dalam membentuk strategi *coping* pada mahasiswa tingkat akhir program studi Teknik Informatika UIN Sunan Gunung Djati Bandung Angkatan Tahun 2022 yang sedang menghadapi tekanan penyelesaian skripsi. Secara spesifik, penelitian ini berfokus pada penggalian praktik dan manifestasi religiusitas yang digunakan mahasiswa sebagai mekanisme penanggulangan stres, menganalisis sumber dan jenis dukungan sosial yang paling efektif dari lingkungan mereka (keluarga, teman dan kampus), serta memahami pengalaman dan persepsi mahasiswa tingkat akhir mengenai peran dua variabel tersebut dalam mengelola kesulitan akademik sehari-hari.

Batasan penelitian ini mencakup beberapa hal berikut:

1. Penelitian ini tidak akan membahas secara teknis aspek psikopatologi atau masalah klinis mahasiswa, melainkan lebih menekankan pada dimensi religiusitas dan sosial sebagai sumber daya psikologis dalam menghadapi stres akademik.
2. Objek penelitian dibatasi pada mahasiswa tingkat akhir program studi Teknik Informatika UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang sedang maupun sudah menyusun skripsi atau tugas akhir, tanpa melibatkan mahasiswa dari jurusan, fakultas, maupun institusi lain.
3. Variabel religiusitas yang menjadi fokus kajian meliputi aspek-aspek utama yang relevan dengan *coping*, seperti keyakinan kepada Tuhan, praktik ibadah (doa/zikir), dan mencari makna (*meaning-making*) keagamaan.
4. Metode mengadopsi pendekatan kualitatif, khususnya studi kasus. hasilnya tidak dimaksudkan untuk digeneralisasi secara luas ke populasi mahasiswa tingkat akhir, melainkan untuk memahami konteks dan proses *coping* subjek secara mendalam.

F. Kerangka Teori

Peneliti menyadari bahwa religiusitas dan dukungan sosial yang tepat dapat membentuk dan mengembangkan strategi *coping* yang efektif bagi setiap orang, termasuk mahasiswa tingkat akhir yang menghadapi tekanan akademik. Dalam konteks mahasiswa tingkat akhir program studi Teknik Informatika UIN Sunan Gunung Djati Bandung, religiusitas dianggap tidak hanya sebagai pengakuan terhadap ajaran Islam secara formal, tetapi juga sebagai sumber daya psikologis dan hubungan nyata dengan Tuhan dalam kehidupan sehari-hari melalui doa, tawakal, disiplin rohani, serta pencarian makna (*meaning-making*) atas kesulitan. Demikian pula, dukungan sosial dari komunitas dan lingkungan kampus dipandang sebagai kapital sosial esensial yang memfasilitasi mahasiswa untuk mengatasi stres penyelesaian skripsi melalui bantuan emosional, informasional, dan instrumental.

Dalam penelitian ini peneliti mengambil teori dari Lazarus dan Folkman (1984) terkait teori Strategi *Coping* sebagai payung besar (*grand theory*), kemudian didukung oleh Teori *Religious Coping* oleh Pargament untuk mengupas tuntas peran religiusitas, dan Teori Dukungan Sosial oleh Cohen dan Wills (1985) untuk mengupas peran dukungan sosial.

Lazarus dan Folkman menyatakan bahwa stres pada individu dapat memunculkan dampak merugikan, baik pada aspek fisik maupun psikologis. Dalam menghadapi situasi tersebut, individu menerapkan berbagai strategi *coping*. Pemilihan dan penggunaan strategi *coping* dipengaruhi oleh sejumlah faktor, termasuk budaya, pengalaman hidup, lingkungan, karakter kepribadian, konsep diri, serta kondisi sosial, yang secara keseluruhan membentuk kapasitas seseorang dalam mengelola dan mengatasi permasalahan (Maryam, 2017).

Berdasarkan konsep yang dikembangkan oleh Lazarus dan Folkman (1984), strategi penanggulangan masalah (*coping*) diklasifikasikan ke dalam dua kategori utama. Para ahli tersebut menjelaskan bahwa secara umum terdapat dua bentuk pendekatan dalam upaya individu menghadapi stres, yaitu:

1. Strategi *coping* berorientasi masalah merupakan pendekatan yang difokuskan pada penanganan serta penyelesaian penyebab stres secara langsung. Jenis strategi ini biasanya diterapkan ketika individu memandang bahwa kondisi yang dihadapi masih dapat dikendalikan serta mereka dibekali sumber daya yang memadai guna melakukan tindakan yang mampu memperbaiki situasi tersebut.
2. Strategi *coping* berorientasi emosi merupakan upaya untuk mengelola serta meredakan respon emosional terhadap stres yang tidak secara langsung ditujukan untuk mengatasi atau mengubah penyebab tekanannya. Pendekatan ini biasanya digunakan ketika individu menilai bahwa situasi yang dihadapi sulit atau tidak mungkin diubah, sehingga fokus diarahkan pada pengelolaan perasaan melalui penerimaan, reinterpretasi makna, serta berbagai teknik untuk menenangkan diri (Maryam, 2017).

Konsep *coping* yang diperkenalkan dalam karya Lazarus dan Folkman menjadi dasar konseptual dalam penelitian ini untuk menjelaskan bagaimana individu merespons tekanan akademik. Pada mahasiswa tingkat akhir program studi Teknik Informatika UIN Sunan Gunung Djati Bandung, proses penyusunan skripsi dan tuntutan akademik lainnya sering menimbulkan stres yang memerlukan strategi *coping* yang tepat. Teori tersebut membagi *coping* ke dalam dua kategori, yaitu *coping* berfokus pada masalah dan *coping* berfokus pada emosi. Kerangka ini digunakan untuk menganalisis bagaimana mahasiswa program studi Teknik Informatika UIN Sunan Gunung Djati Bandung mengelola berbagai tekanan akademik, serta bagaimana religiusitas dan dukungan sosial berperan sebagai sumber daya yang memperkuat kemampuan mereka dalam menghadapi situasi tersebut.

Selanjutnya, Pargament (1997) mengembangkan teori *Religious Coping* yang mendefinisikan agama sebagai suatu proses pencarian makna yang berkaitan dengan hal-hal yang sakral. Pargament menyatakan bahwa spiritualitas merupakan aspek pencarian terhadap yang sakral tersebut dan menegaskan bahwa fungsi utama agama bersifat spiritual. Bahkan, spiritualitas dianggap sebagai dimensi penting

dalam kehidupan yang tidak dapat diabaikan, karena mencerminkan potensi manusia yang lebih tinggi. Menurut Pargament, *coping* adalah proses pencarian makna saat menghadapi stres. *Coping* religius didefinisikan sebagai cara individu memahami dan menghadapi peristiwa negatif dalam hidup yang terkait dengan hal-hal sakral. Kontribusi utama agama dalam *coping* terletak pada kemampuannya dalam menangani aspek-aspek sakral secara unik, sehingga membantu individu menjalani proses adaptasi dan penyelesaian masalah dalam menghadapi stres (Agustina & Rachman, 2025).

Pargament menegaskan bahwa agama tidak hanya berfungsi sebagai mekanisme pertahanan pasif, tetapi berperan secara aktif dan dinamis dalam tiap tahap proses *coping*. Agama membantu individu dalam menemukan, memelihara, dan mengubah makna dari pengalaman stres secara kontekstual dan temporal. Dalam hal ini, *coping* religius menjalankan lima fungsi utama, yaitu menemukani makna, memperoleh rasa pengendalian, mendapatkan kenyamanan melalui kedekatan dengan Tuhan, menjalin kedekatan dengan sesama, serta mentransformasi kehidupan (Agustina & Rachman, 2025).

Berdasarkan teori *religious coping* Kenneth I. Pargament (1997), religiusitas memiliki peran sentral dalam membantu individu mengelola stres melalui mekanisme spiritual dan emosional. Dalam konteks mahasiswa tingkat akhir program studi Teknik Informatika UIN Sunan Gunung Djati Bandung, nilai-nilai religiusitas menjadi sumber daya internal yang memperkuat kemampuan *coping* mereka dalam menghadapi tekanan akademik. Teori ini juga mendukung pemahaman bahwa religiusitas bukan hanya berperan sebagai dasar keyakinan, tetapi juga berfungsi sebagai mekanisme adaptif yang praktis ketika individu berhadapan dengan tantangan kehidupan. Oleh karena itu, teori Pargament menjadi landasan teoretis yang relevan untuk menjelaskan bagaimana religiusitas dan dukungan sosial membentuk strategi *coping* mahasiswa tingkat akhir program studi Teknik Informatika UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Selain teori *religious coping*, teori dukungan sosial juga berperan penting dalam menurunkan tekanan psikologis mahasiswa tingkat akhir. Hubungan antara

stres, dukungan sosial, dan kesehatan mental dijelaskan melalui Hipotesis Penyangga (*Buffering Hypothesis*), sebuah model teoretis yang dirumuskan oleh Cohen dan Wills (1985). Hipotesis ini secara praktis menyimpulkan bahwa jejaring dukungan sosial yang kokoh (baik yang berasal dari keluarga, teman, maupun institusi keagamaan) berkorelasi dengan tingkat adaptasi individu yang lebih tinggi. Jejaring tersebut juga membuat individu lebih efektif menghadapi tekanan psikologis dibandingkan mereka yang mengalami keterasingan sosial. Hipotesis penyangga menekankan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai penyangga terhadap dampak stres, sehingga memperkuat kesehatan psikologis melalui mekanisme moderasi. Dengan demikian, dukungan sosial meningkatkan efektivitas *coping* melalui pengurangan beban stres dan peningkatan sumber daya psikologis yang tersedia bagi individu saat menghadapi tantangan kehidupan (Cohen & Wills, 1985).

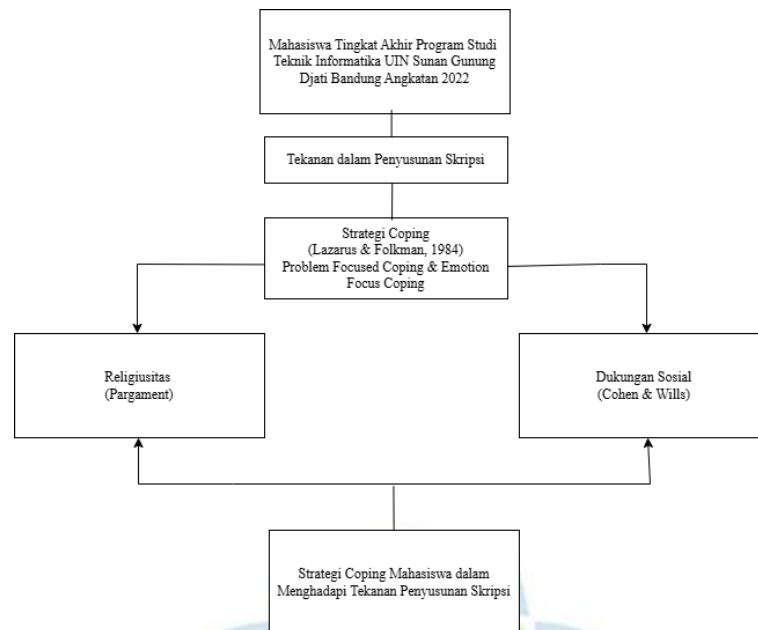
Teori yang dikemukakan oleh Cohen dan Wills (1985) memaparkan dua mekanisme peranan *social support* dalam menentukan tingkat *well-being* individu, yaitu model efek langsung dan model efek penyangga. Model efek langsung menjelaskan bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis secara umum, tanpa bergantung pada ada atau tidaknya kondisi stres. Individu yang memperoleh dukungan sosial kuat cenderung memiliki kepercayaan diri, kemampuan mengendalikan diri, dan kestabilan emosi yang lebih baik dibandingkan mereka yang kurang mendapatkan dukungan. Pada mahasiswa tingkat akhir, keberadaan dukungan dari keluarga, teman, maupun dosen pembimbing dapat berkontribusi pada peningkatan motivasi serta daya tahan mental, bahkan ketika tekanan akademik tidak berada pada tingkat yang tinggi (Cohen & Wills, 1985).

Dukungan sosial berfungsi sebagai sumber daya eksternal (*external coping resource*) yang memperkuat kemampuan individu dalam mengelola stres akademik. Mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial tinggi dari keluarga, teman, dan lingkungan kampus lebih mampu mempertahankan stabilitas emosi serta menggunakan strategi *coping* yang adaptif. Selain itu, teori ini sejalan dengan

konsep religiusitas sebagai sumber daya spiritual (spiritual resource) yang dapat memperkuat fungsi dukungan sosial.

Teori Lazarus dan Folkman (1984) memberikan dasar konseptual mengenai proses penilaian stres dan mekanisme *coping* yang digunakan individu untuk beradaptasi terhadap tekanan akademik. Teori Pargament (1997) memperluas pemahaman tersebut dengan menekankan peran religiusitas sebagai kekuatan spiritual yang berperan dalam membantu individu memaknai pengalaman hidup, ketenangan, dan penerimaan dalam menghadapi kesulitan. Sementara itu, teori Cohen dan Wills (1985) menjelaskan bagaimana dukungan sosial berfungsi sebagai penyangga psikologis (*buffering effect*) yang mengurangi dampak negatif stres dan memperkuat kesejahteraan emosional individu.

Berdasarkan ketiga teori yang digunakan, dapat disimpulkan bahwa religiusitas dan dukungan sosial memiliki peran yang saling melengkapi dalam membentuk strategi *coping* mahasiswa tingkat akhir program studi Teknik Informatika UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Dengan demikian, integrasi ketiga teori tersebut menunjukkan bahwa religiusitas berperan sebagai sumber daya internal, sedangkan dukungan sosial berperan sebagai sumber daya eksternal yang secara sinergis memengaruhi strategi *coping* mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi tekanan akademik dan emosional.



Tabel 1. Kerangka Berfikir

G. Hasil Penelitian Terdahulu

Penelitian mengenai peran religiusitas dan dukungan sosial dalam mengatasi tekanan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir telah menjadi topik yang intensif dieksplorasi dalam literatur psikologi dan pendidikan. Sejumlah studi sebelumnya telah mengeksplorasi bagaimana *coping* religius berfungsi sebagai sumber daya internal dan bagaimana dukungan sosial menjadi *buffer* eksternal terhadap stres akademik. Oleh karena itu, untuk menegaskan keaslian (*novelty*) dan posisi teoretis penelitian ini, penulis mengidentifikasi empat judul yang memiliki tema serupa, namun tetap memiliki perbedaan mendasar dalam hal fokus, pendekatan atau konteks subjek dibandingkan dengan penelitian yang sedang dilakukan, di antaranya:

1. Skripsi karya Zakirah Mawardi (NIM 160402039) dari program studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, tahun 2021, berjudul “Strategi *Coping* Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyelesaikan Skripsi di Masa Pandemi COVID-19 (Studi pada Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry)”. Studi ini diimplementasikan menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif dan menawarkan gambaran nyata tentang bentuk *coping* yang dilakukan mahasiswa, kendala yang dihadapi, serta langkah yang diambil pihak fakultas dalam mendukung proses penyusunan skripsi. Penelitian ini memiliki kesamaan dalam fokusnya pada strategi *coping* terhadap problematika mahasiswa semester tingkat akhir. Namun, penelitian ini belum meninjau faktor-faktor lain seperti religiusitas, dukungan sosial, dan aspek psikologis yang mungkin turut memengaruhi strategi *coping* mahasiswa dalam menghadapi stres akademik (Mawardi, 2021).

2. Skripsi karya Imroatus Azizah (NIM 17107010083) dari program studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, tahun 2022, berjudul “Hubungan antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi”. Studi ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan menggunakan teknik purposive sampling. Temuan penelitian mengindikasikan terdapat korelasi positif tingkat religiusitas dan dukungan sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa, dengan efektivitas kontribusi total sebesar 40%. Penelitian ini memiliki kesamaan dengan studi sebelumnya yang memfokuskan pada variabel religiusitas dan dukungan sosial sebagai faktor penentu kondisi psikologis individu, terutama dalam menghadapi tekanan akademik. Namun, keterbatasan penelitian ini terletak pada fokus yang masih sempit pada hubungan statistik antar variabel tanpa mengkaji aspek kontekstual seperti bentuk dukungan sosial yang paling efektif dan pengalaman religius individu. Selain itu, penggunaan metode kuantitatif belum memungkinkan pengungkapan mendalam terhadap dimensi pengalaman spiritual dan sosial mahasiswa dalam menjaga kesejahteraan psikologis (Azizah, 2022).
3. Skripsi karya Tazkiya Aulia (NIM 11200700000050) dari Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, tahun 2024, berjudul “Pengaruh Strategi *Coping*, Dukungan Sosial, dan Religiusitas terhadap

Resiliensi Akademik Mahasiswa S1 Kelas Karyawan di Jabodetabek” menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan 235 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga variabel tersebut berkontribusi signifikan terhadap resiliensi akademik sebesar 44%, dengan strategi *coping* sebagai variabel paling dominan. Penelitian ini memiliki kesamaan dalam fokusnya pada peran iman/keyakinan dalam membekali individu dengan pemahaman terhadap kesulitan hidup. Pemahaman tersebut menghilangkan kebingungan dan menguatkan rasa tujuan hidup, yang merupakan inti kajian dalam psikologi agama. Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya mengukur hubungan antar variabel tanpa mengeksplorasi pengalaman subjektif dan makna religiusitas serta dukungan sosial yang dirasakan oleh individu. Selain itu, kajian ini terbatas pada konteks mahasiswa kelas karyawan sehingga tidak mewakili kondisi mahasiswa secara umum dalam konteks sosial dan akademik yang lebih luas (Aulia, 2024).

4. Skripsi karya Sa’adah (NIM 19410067) dari Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, tahun 2023, berjudul “Pengaruh Religiusitas dan Strategi *Coping* terhadap Stres Ibu Pasca Melahirkan”. Studi ini menerapkan metode penelitian kuantitatif dengan melibatkan 100 partisipan sebagai responden. Hasil analisis menunjukkan bahwa religiusitas memberikan pengaruh yang tidak signifikan terhadap tingkat stres, yakni sebesar 2,9%, sementara secara empiris, strategi *coping* menunjukkan pengaruh yang signifikan, menyumbang 20,7%. Penelitian ini memiliki kesamaan mengenai peran religiusitas dan strategi *coping* dalam kesehatan mental dan penyesuaian diri. Namun, penelitian ini terbatas pada populasi ibu pasca melahirkan dan tidak menggali pengalaman spiritual atau aspek batin yang mendasari proses *coping* religius, sehingga pemahaman terhadap dinamika psikologis masih terbuka untuk pengembangan lebih lanjut (Sa’adah, 2023).