

BAB 1

PENDAHULUAN

Bab ini akan menerangkan tentang latar belakang masalah dimana memberikan informasi tentang alasan mengapa peneliti mengambil ataupun memilih topik ini. Selain itu, pada bab ini peneliti juga menyajikan tentang rumusan masalah dari penelitian, tujuan, kegunaan dan juga sistematika penulisan dalam penelitian.

A. Latar Belakang Masalah

Depresi menjadi hal yang sangat penting karena depresi merupakan salah satu penyebab kematian. Di Amerika, depresi menjadi penyebab utama tindakan bunuh diri, dan tindakan ini menjadi penyebab kematian ke 6. Seseorang yang mengalami depresi dapat melakukan hal yang sering tidak terduga karena dia mengalami penyiksaan pada batinnya sendiri sehingga dapat melakukan hal yang tergolong ekstrim. Mungkin hal ini, menjadi hal yang cukup diragukan bagi mereka yang tidak mendalami ilmu psikologi. Namun, seseorang yang mengalami depresi akan mengalami siksaan pada dirinya baik fisik maupun mental sehingga memungkinkan baginya untuk bertindak jauh sampai pada tingkat bunuh diri.¹

¹ Dadang Hawari, *Manajemen Stess Cemas dan Depresi* (Jakarta: Balai Penerbit FK UI, 2001). hal. 85

Pekerjaan merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan depresi atau disebut juga sebagai stressor.² Seseorang yang tidak memiliki pekerjaan ataupun sebaliknya memiliki pekerjaan yang berat sementara waktu yang tersedia sedikit dapat menjadi penyebab stress. Di Amerika Serikat, 44% dari kalangan karyawan kantor mengalami stress dengan menunjukkan perubahan emosi dan perilaku mereka. Karena banyaknya pekerjaan dan persaingan yang cukup berat, para eksekutif muda di Jepang banyak yang mengalami stress atau depresi ringan. Banyak pekerja di Jepang yang meninggal di tempat kerja dikarenakan kelelahan fisik dan mental yang dialami.³

Mahasiswa semester akhir memiliki tugas yang berat. Tugas berat yang dimaksud adalah tugas akhir (skripsi). Tugas yang berat tersebut harus selesai pada waktu yang cepat juga. Hal ini merupakan salah satu bentuk stressor. Mahasiswa semester akhir harus menyelesaikan tugas akhir yang menjadi syarat kelulusannya. Pada semester-semester sebelumnya mungkin sebenarnya hal yang serupa dengan tugas akhir sudah didapatkan oleh mahasiswa akhir. Namun, banyak dari mereka yang mempersepsikan tugas akhir menjadi suatu momok yang sangat sulit untuk diselesaikan. Karena persepsi yang dibuat oleh mahasiswa inilah yang membuat tugas akhir lebih terasa berat sehingga perubahan yang diarsakan sebelum mengambil tugas akhir (skripsi) dan sesudah terasa sangat jauh berbeda. Perubahan tanggungjawab atau tugas pada

² Farid Mashudi, *Psikologi Konseling* (Yogyakarta: IRCiSoD. 2013). Hal: 194

³ Dadang Hawari. *Manajemen*. hal: 7-8

mahasiswa semester akhir dapat menjadi stressor yang dapat mengakibatkan depresi pada mahasiswa. Penelitian yang dilakukan oleh Prabandari menyatakan bahwa mahasiswa tingkat lanjut banyak ditemukan depresi. Salah satu penyebabnya adalah rendahnya keinginan untuk sukses. Rendahnya keinginan untuk sukses menyebabkan mahasiswa mudah putus asa dan menyerah dengan masalah yang dihadapinya. Keputusan itulah yang membuatnya menghindari dan takut sehingga menyebabkan timbulnya faktor yang menyebabkan munculnya stress ataupun depresi.⁴

Depresi yang dialami mahasiswa akan menghambat kerja atau tugas yang seharusnya dilakukan. Seseorang yang mengalami depresi, produktivitasnya akan menurun.⁵ Depresi yang menimpa seseorang akan membuat seseorang berputus asa sehingga menghambat gerak kerja seseorang tersebut. Produktivitas kerja menurun akan merugikan banyak pihak terutama individu yang mengalami depresi itu sendiri. Memikirkan masalah secara berlebihan tanpa melakukan tindakan penyelesaian akan sangat merugikan terutama bagi mahasiswa. Hal ini akan merugikan baik dari segi waktu dan juga materil. Karena ketika seorang mahasiswa memperlambat pekerjaannya, ia harus menempuh pendidikannya jauh lebih lama, selain itu ia juga harus membayar lebih kepada universitas dikarenakan waktu yang terulur (semester yang memanjang).

⁴ *Ibid.* hal: 19

⁵ Dadang Hawari, *Manajemen*.hal: 7

Ada beberapa perbuatan yang tidak seharusnya dilakukan mahasiswa akhir disebabkan depresi yang dialami mahasiswa. Pada tanggal 9 April 2017 pukul 10.15. mahasiswa yang bernama Bonivasius Wiro yang tewas gantung diri di pintu rumahnya. Berdasarkan kutipan yang dikutip oleh wartawan “Diduga korban tertekan. Karena saat ini sedang menyelesaikan kuliah (skripsi).”⁶ Perbuatan diatas merupakan perbuatan yang sangat tidak diharapkan terjadi. Apalagi oleh mahasiswa FAI yang mempunyai benteng agama yang dapat dijadikan bentuk perlawanan diri melawan depresi dan stress. Peristiwa lain terjadi di UGM. Mahasiswa akhir berbondong-bondong datang ke penyuluhan mahasiswa yang menjadi bukti banyaknya juga mahasiswa yang merasa mendapat banyak masalah. Terkadang kenyataan memang tidak selalu sesuai dengan yang diharapkan. Begitupula yang dialami oleh mahasiswa. Apalagi mahasiswa tingkat lanjut cobaan bertubi-tubi datang seperti, mata kuliah yang tidak kunjung lulus.⁷

Koping religius yang menjadikan agama sebagai tendensi untuk mencegah stress dan depresi sangat penting. Banyak penelitian yang membuktikan bahwa tingkat keagamaan seseorang mampu mejadi pertahanan diri baik fisik maupun mental.⁸ Pencegahan stress dan depresi dengan agama sedang menjadi treatment yang paling digemari dewasa ini. Perlakuan kita kepada Tuhan dan juga kepada

⁶ Www.jawapos.com. diakses pada tanggal 9 April 2017

⁷ Raden A. Prabandani, Hubungan antara stress dan Motif Berprestasi dengan depresi mahasiswa tingkat lanjut. Jurnal Psikologi 1989. No.1. hal: 19.

⁸ Dadang Hawari, *Menejemnt*. hal: 139

manusia mampu menjadi benteng pertahanan yang akan melawan stresor yang datang yang salah satunya dengan banyaknya tugas yang dimiliki. Seperti mahasiswa akhir yang memiliki tugas akhir untuk menempuh pendidikan stratanya.

Penelitian ini tertarik untuk melihat tingkat coping religius mahasiswa FAI UMY yang dalam kesehariannya belajar tentang keagamaan. Mahasiswa FAI sebagai mahasiswa yang belajar keagamaan selayaknya memiliki bekal keagamaan yang cukup. Nilai-nilai keagamaan yang dipelajari pada setiap mata kuliah yang diberikan selayaknya dapat di implementasikan dengan baik. Salah satu implementasinya dengan menjadikan agama sebagai benteng pertahanan menghadapi stresor. Untuk itu peneliti tertarik untuk meneliti ada atau tidak hubungan coping religius dengan tingkat depresi mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengambil skripsi di FAI UMY.

B. Rumusan Masalah

Penelitian ini fokus pada hubungan coping religius dan tingkat depresi mahasiswa semester akhir yang sedang mengambil skripsi. Dari penjelasan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana coping religius mahasiswa semester akhir yang sedang mengambil skripsi di FAI UMY?
2. Bagaimana tingkat depresi mahasiswa semester akhir yang sedang mengambil skripsi di FAI UMY?
3. Apakah hubungan coping religius dengan tingkat depresi mahasiswa semester akhir yang sedang mengambil skripsi di FAI UMY?

C. Tujuan dan Kegunaan

a. Tujuan

Berdasarkan rumusan masalah diatas dapat diketahui tujuan dari penelitian ini adalah:

1. mendeskripsikan coping religius mahasiswa semester akhir yang sedang mengambil skripsi di FAI UMY.
2. Menjelaskan tingkat depresi mahasiswa semester akhir yang sedang mengambil skripsi di FAI UMY.
3. Memeriksa hubungan coping religius dengan tingkat depresi mahasiswa semester akhir yang sedang mengambil skripsi di FAI UMY.

b. Kegunaan

Secara teoritik, penelitian ini dapat memberikan manfaat dalam pengembangan teori yang berkaitan dengan ilmu konseling terutama pada bidang konseling Islam. Sedangkan secara praktis, penelitian ini dapat menjadi acuan bagi Fakultas Agama Islam untuk mengetahui tingkat depresi mahasiswanya dan dapat memberikan saran treatment husus yang sesuai dengan keadaan mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengambil skripsi di FAI UMY.

D. Sistematika Pembahasan

Untuk memepermudah penyusunan dan pembahasan skripsi penulis membagi sistematika pembahasan kedalam beberapa bagian. Hal ini dilakukan agar pembahasan saling terkait dan menghasilkan penelitian dan penyusunan

yang utuh dan sistematis. Maka penelitian tentang hubungan koping religius dan tingkat depresi mahasiswa semester akhir yang sedang mengambil skripsi disusun dengan sistematika berikut:

Bab pertama merupakan pendahuluan. Dalam bab ini terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian.

Bab dua adalah tinjauan pustaka. Bab ini terdiri dari tinjauan pustaka terhadap penelitian sebelumnya dan kerangka teori.

Bab tiga berisi metode penelitian. Bab ini berisi pendekatan, operasionalisasi konsep, lokasi dan subyek, teknik pengumpulan data, kredibilitas penelitian dan teknik analisis data.

Bab empat memerikan tentang pembahasan. Bab ini memaparkan gambaran umum tentang responden dalam penelitian ini, koping religius oleh mahasiswa, tingkat depresi yang dialami mahasiswa semester akhir dan hubungan koping religius dan tingkat depresi mahasiswa yang mengambil skripsi di FAI UMY.

Bab terakhir ataupun bab lima adalah penutup. Bab ini berisi simpulan dan saran-saran.