

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkuliahan merupakan fase peralihan pendidikan dari jenjang menengah atas ke perguruan tinggi yang merepresentasikan fase perkembangan krusial bagi individu. Pada fase ini, mahasiswa dihadapkan pada tantangan yang semakin beragam dan kompleks seiring dengan meningkatnya tanggung jawab personal. Masa perkuliahan dipandang sebagai ruang yang menawarkan peluang pengembangan diri, namun pada saat yang sama menghadirkan tekanan dan tantangan akademik (Soledad et al., 2012). Dalam setiap jenjang perkuliahan, mahasiswa dihadapkan pada berbagai dinamika yang menantang seperti kompleksitas beban studi, tekanan untuk mencapai prestasi yang optimal, pengelolaan waktu secara mandiri, serta tuntutan adaptasi terhadap sistem pembelajaran dan lingkungan sosial (Hariyadi et al., 2025). Berbagai tuntutan tersebut berdampak pada berbagai aspek seperti emosional, sosial, akademik dan motivasi mahasiswa, sehingga berpotensi meningkatkan risiko stres serta kelelahan akademik (Rahmadani & Rahmawati, 2020).

Dalam beberapa tahun terakhir, stres akademik telah muncul sebagai salah satu permasalahan kesehatan mental di kalangan mahasiswa perguruan tinggi, baik di Indonesia maupun dunia global. Hasil penelitian *systematic literature review* yang dilakukan oleh Hadi, Noviekayati, dan Suhadianto (2025), terhadap penelitian mahasiswa perguruan tinggi di berbagai negara menunjukkan bahwa 46,6% studi melaporkan mahasiswa mengalami stres akademik pada kategori tinggi, yang mengindikasikan peningkatan stres akademik secara global. Dalam penelitian tersebut juga mencakup penelitian di Indonesia, di mana Putra & Ardi (2023) menyatakan bahwa 39,2% mahasiswa berada pada tingkat kategori stres akademik tinggi, sementara 46% berada pada kategori sedang. Kondisi tersebut tidak terbatas pada program studi tertentu. Meta analisis yang dilakukan oleh Zega (2025), terhadap 63 studi empiris yang melibatkan 31.847 mahasiswa Indonesia menunjukkan bahwa mahasiswa dari bidang sosial-humaniora menyumbang proporsi yang cukup besar dalam kajian tersebut, dengan akademik sebagai kontributor terkuat ($r = 0,56, p < 0,001$).

Dalam menghadapi tekanan tersebut, resiliensi akademik menjadi kapasitas yang esensial bagi mahasiswa (Simorangkir et al., 2022). Resiliensi akademik merupakan kemampuan untuk beradaptasi, bertahan, dan tetap mencapai keberhasilan akademik meskipun sedang menghadapi berbagai kesulitan. Resiliensi dipahami sebagai proses yang memungkinkan individu mempertahankan motivasi, keterlibatan belajar, serta mengelola tekanan akademik, sehingga berfungsi sebagai mekanisme protektif dalam menghadapi tantangan (Dwiastuti et al., 2021). Sejalan dengan hal tersebut Martin & Marsh (2006), mendefinisikan resiliensi akademik sebagai kemampuan individu untuk secara efektif menghadapi kemunduran, stres, atau tekanan dalam konteks akademik.

Kemampuan mahasiswa dalam membangun resiliensi akademik tidak terbentuk secara otomatis, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal (Ismail & Munadiyah, 2024). Di antara faktor-faktor tersebut, religiusitas mendapat perhatian yang semakin besar dalam literatur psikologi pendidikan kontemporer sebagai prediktor yang konsisten terhadap kemampuan individu dalam menghadapi tekanan. Sejumlah penelitian empiris turut memperkuat keterkaitan tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh Sukma et al. (2024) menemukan adanya hubungan yang signifikan antara religiusitas dan resiliensi akademik pada mahasiswa Muslim di Yogyakarta. Temuan serupa juga dikemukakan oleh Salianto et.al. (2023) yang membuktikan bahwa religiusitas berpengaruh signifikan terhadap resiliensi akademik mahasiswa UIN Sumatera Utara. Selain itu, penelitian Zahra (2024) menunjukkan bahwa religiusitas mampu menjelaskan sekitar 34% variasi skor resiliensi akademik mahasiswa Universitas Islam Bandung.

Kuatnya peran religiusitas tersebut dapat dipahami melalui perspektif Islam yang mengajarkan ketangguhan dalam menghadapi kesulitan. Dalam QS. Ali Imran ayat 186 dijelaskan bahwa setiap manusia akan menghadapi berbagai bentuk ujian kehidupan, baik yang berkaitan dengan diri, harta, maupun kondisi sosial. Berdasarkan penafsiran Kementerian Agama Republik Indonesia terkait ayat tersebut menekankan pentingnya sikap sabar dan keteguhan hati dalam menghadapi berbagai cobaan kehidupan. Wahidah (2018), menyatakan bahwa

nilai-nilai qur'ani seperti sabar dan tawakkul menjadi fondasi psikologis yang membantu individu bertahan menghadapi tekanan akademik. Nilai-nilai tersebut dapat diinternalisasikan melalui keterlibatan aktif dalam kegiatan keagamaan. Sejalan dengan itu, Hadi (2021) menemukan bahwa kegiatan keagamaan yang dilakukan secara rutin efektif dalam memperkuat internalisasi nilai Islam sekaligus kondisi psikologis peserta didik. Dengan demikian, partisipasi dalam kegiatan keagamaan dapat menjadi sarana pembentukan ketangguhan psikologis mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu masih memfokuskan religiusitas sebagai konstruk psikologis yang bersifat internal, seperti tingkat keyakinan, orientasi keagamaan, maupun penghayatan spiritual individu (Sukma et al., 2024; Zahra, 2024). Kondisi tersebut menyebabkan dimensi perilaku religiusitas, khususnya keterlibatan aktif individu dalam kegiatan keagamaan yang terstruktur, masih belum banyak dikaji sebagai variabel bebas secara khusus. Padahal, secara konseptual dimensi tersebut memiliki karakteristik yang berbeda dengan religiusitas sebagai trait psikologis, karena mencakup interaksi sosial berbasis nilai keagamaan, keterlibatan komunal secara nyata, serta paparan terhadap aktivitas spiritual yang terorganisasi (Khairunnisa et al., 2025).

Kesenjangan tersebut semakin terlihat melalui telaah terhadap berbagai penelitian terdahulu yang relevan. Pertama, penelitian mengenai religiusitas dan resiliensi akademik pada umumnya masih menempatkan religiusitas sebagai konstruk multidimensi yang bersifat internal, sehingga kontribusi keterlibatan aktif individu dalam praktik keagamaan komunal belum dikaji secara spesifik (Citra Alun, 2023; Agustina & Hardew, 2024). Kedua, penelitian yang menjadikan partisipasi kegiatan keagamaan sebagai variabel independen cenderung mengaitkannya dengan variabel dependen lain, seperti sikap spiritual maupun strategi coping, dan belum banyak diarahkan pada resiliensi akademik (Dea Frescilia, 2024; Khairunnisa et al., 2023). Ketiga, sejauh penelusuran peneliti, belum ditemukan penelitian yang secara khusus menguji partisipasi kegiatan keagamaan sebagai prediktor resiliensi akademik

dalam konteks organisasi kemahasiswaan berbasis dakwah di perguruan tinggi Indonesia.

Badan Semi Otonom Masjid Al-Ijtima'i (BSO MAI) FISH UNJ merupakan organisasi kemahasiswaan di lingkungan Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Jakarta yang bergerak di bidang dakwah Islam melalui berbagai kegiatan yang diwujudkan melalui program seperti kajian keislaman, mentoring, syiar, serta kegiatan sosial keagamaan. Organisasi ini dipilih sebagai lokasi penelitian karena menghimpun mahasiswa dari berbagai program studi dan angkatan dalam lingkup fakultas. Selain itu, keberadaan Masjid Al-Ijtima'i di lingkungan fakultas menjadi salah satu ciri khas organisasi yang mendukung penyelenggaraan berbagai aktivitas keagamaan mahasiswa. Oleh sebab itu, BSO MAI FISH UNJ menjadi lingkungan yang potensial untuk mengkaji pengaruh partisipasi kegiatan keagamaan terhadap resiliensi akademik mahasiswa.

Berdasarkan uraian tersebut, terdapat kesenjangan antara pentingnya resiliensi akademik bagi mahasiswa sebagai kondisi ideal dan masih terbatasnya penelitian empiris yang secara khusus mengkaji partisipasi kegiatan keagamaan terorganisasi sebagai faktor yang memengaruhinya, terutama dalam konteks organisasi kemahasiswaan Islam di perguruan tinggi Indonesia. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menguji secara empiris pengaruh partisipasi dalam kegiatan keagamaan terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa anggota BSO MAI FISH UNJ.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, berikut merupakan identifikasi masalah yang muncul dari keadaan tersebut:

1. Tingginya tingkat stres akademik pada mahasiswa berpotensi memengaruhi kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik.
2. Resiliensi akademik mahasiswa tidak terbentuk secara otomatis, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal.
3. Sebagian mahasiswa masih menunjukkan tingkat resiliensi akademik yang belum optimal dalam menghadapi tekanan akademik selama perkuliahan.

4. BSO MAI FISH UNJ menyelenggarakan berbagai kegiatan keagamaan sebagai sarana pembinaan spiritual dan psikologis mahasiswa, namun pengaruh kegiatan tersebut terhadap resiliensi akademik mahasiswa belum diketahui secara empiris.
5. Tingkat partisipasi mahasiswa dalam kegiatan keagamaan di BSO MAI FISH UNJ cenderung beragam dan belum dikaji pengaruhnya terhadap resiliensi akademik mahasiswa.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan uraian identifikasi masalah sebelumnya, peneliti berupaya untuk memfokuskan penelitian ini agar pembahasan tidak meluas, lebih terarah, dan fokus pada tujuan penelitian sehingga hasil penelitian objektif. Maka dari itu, penelitian ini hanya difokuskan pada anggota yang pernah aktif bergabung dalam BSO MAI FISH UNJ periode 1446 - 1447 H / 2025. Adapun kegiatan keagamaan yang dimaksud dalam penelitian ini meliputi kegiatan keagamaan yang difasilitasi oleh BSO MAI yang diukur dengan lima indikator yaitu, frekuensi partisipasi, persepsi kepentingan, keterhubungan komunitas, keterlibatan dalam pembinaan dan pengembangan, serta keterlibatan dalam syiar dakwah dan sosial keagamaan. Kemudian, dimensi resiliensi dalam penelitian ini mengacu pada model (Martin & Marsh, 2006), yang meliputi *confidence, control, composure, dan commitment*.

Penelitian ini tidak membahas seluruh faktor yang memengaruhi resiliensi secara umum, tetapi hanya memfokuskan pada pengaruh kegiatan keagamaan yang difasilitasi MAI sebagai variabel independen terhadap resiliensi akademik mahasiswa.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah sebelumnya, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat partisipasi mahasiswa dalam kegiatan keagamaan pada BSO MAI FISH UNJ?
2. Bagaimana tingkat resiliensi akademik mahasiswa pada BSO MAI FISH UNJ?

3. Apakah partisipasi kegiatan keagamaan berpengaruh terhadap resiliensi akademik mahasiswa pada BSO MAI FISH UNJ?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Mendeskripsikan tingkat partisipasi mahasiswa dalam kegiatan keagamaan pada BSO MAI FISH UNJ
2. Mendeskripsikan tingkat resiliensi akademik mahasiswa pada BSO MAI FISH UNJ
3. Menganalisis pengaruh partisipasi kegiatan keagamaan terhadap resiliensi akademik mahasiswa pada BSO MAI FISH UNJ

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian teori mengenai resiliensi akademik, khususnya dalam konteks mahasiswa di pendidikan tinggi. Dengan menelusuri hubungan antara kegiatan keagamaan dan resiliensi akademik, penelitian ini dapat memperkaya literatur yang membahas faktor-faktor yang memengaruhi ketahanan akademik individu, serta memperluas pemahaman tentang peran kegiatan keagamaan dalam mendukung keberhasilan belajar. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi rujukan bagi pengembangan kerangka teori yang mengaitkan religiusitas atau spiritualitas dengan aspek psikologis dalam pendidikan.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi organisasi mahasiswa berbasis keagamaan, seperti BSO MAI FISH UNJ, dalam merancang dan mengembangkan program kegiatan yang lebih efektif dalam mendukung daya tahan akademik anggotanya. Selain itu, temuan ini juga dapat dimanfaatkan oleh pihak fakultas atau lembaga kemahasiswaan untuk menyusun kebijakan pembinaan mahasiswa yang integratif, dengan memperhatikan peran kegiatan keagamaan sebagai salah satu bentuk dukungan non-akademik yang potensial dalam meningkatkan

resiliensi belajar mahasiswa. Penelitian ini juga dapat memberi wawasan bagi mahasiswa itu sendiri untuk lebih memahami pentingnya keterlibatan aktif dalam kegiatan keagamaan sebagai upaya membentuk ketahanan pribadi dalam menghadapi tekanan akademik.

