

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Semester akhir perkuliahan merupakan masa-masa terjadinya dilema mahasiswa, pada masa itu juga faktor usia dan perkembangan juga mempengaruhi psikologis tersebut. Pada masa ini mahasiswa mempunyai banyak angan-angan dan juga tekanan seperti persiapan dunia kerja, peran sosial dan lain-lain. Tak heran pada masa ini banyak mahasiswa mengalami tekanan-tekanan untuk menyeimbangkan keadaan antara kepentingan akademis dan kepentingan yang lainnya. Sebagai mahasiswa semester akhir tentunya juga memiliki keinginan untuk lulus dari universitas tempat dimana menimba ilmu perkuliahan. Salah satu syarat utama untuk lulus yaitu dengan mengerjakan dan menyelesaikan tugas akhir baik itu skripsi, tesis, maupun jurnal penelitian. Skripsi sendiri merupakan karya tulis ilmiah berupa paparan tulisan yang berisi hasil penelitian sarjana mengenai pembahsan suatu fenomena atau permasalahan dalam suatu bidang ilmu dengan berdasas kepada kaidah-kaidah yang berlaku. Kaidah-kaidah tersebut biasanya berbeda dari perguruan tinggi satu dengan perguruan tinggi lain, namun secara umum kaidah-kaidah dasarnya sama. Skripsi merupakan istilah yang digunakan di Indonesia yang ditujukan pada karya ilmiah wajib yang disusun oleh mahasiswa digunakan sebagai persyaratan gelar akademis atau kualifikasi profesional yang menyajikan penelitian dan temuan penulis yang bertujuan untuk melatih mahasiswa menerapkan pengetahuan melalui suatu pemecahan masalah yang berkaitan dengan bidangnya. Tugas menyelesaikan skripsi seringkali dianggap tugas yang berat yang dialami mahasiswa dan tidak jarang mengakibatkan masalah-masalah tertentu. Dengan kendala tersebut tidak sedikit mahasiswa yang tidak bisa lulus tepat waktu.

Dalam proses penulisan skripsi tentunya tidak semua mahasiswa mengalami kelancaran dan tidak jarang banyak dari mereka yang mengalami kesulitan-kesulitan hingga akhirnya menimbulkan tekanan. Secara umum membagi sumber kesulitan yang dihadapi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi menjadi faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi meliputi rasa malas, motivasi rendah, takut bertemu dosen pembimbing, sulit menyesuaikan diri dengan dosen pembimbing. Kesulitan eksternal meliputi sulit menyesuaikan waktu dengan dosen pembimbing, kurangnya waktu bimbingan, kesulitan dalam hal mencari tema, judul, sampel, alat ukur yang digunakan, kesulitan memperoleh referensi, keterbatasan waktu penelitian, proses revisi yang berulang-ulang, lamanya respon dari dosen pembimbing ketika menyelesaikan

skripsi, tuntutan keluarga dan orang tua untuk segera lulus, masalah keuangan, pekerjaan, dan umur. ¹

Penyebab kendala menyelesaikan skripsi umumnya. Pertama, kurikulum yang tidak aplikatif, tidak integratif dan kurang melatih mahasiswa berargumentasi menyebabkan mahasiswa kurang siap untuk mengerjakan skripsi. Kedua hubungan dosen dan mahasiswa yang timpang atau tidak seimbang, misalnya dosen cenderung otoriter dalam membimbing mahasiswa. Ketiga sistem penunjang yang kurang memadai, misalkan perpustakaan yang kurang lengkap, sehingga terkadang mahasiswa harus mengeluarkan biaya tambahan untuk mencari literatur. ²

Setiap individu memiliki cara yang berbeda untuk mengatasi kesulitan-kesulitan dalam mengerjakan skripsi. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 18 oktober 2020 terhadap 3 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, dapat disimpulkan bahwa salah satu cara yang mereka lakukan agar dapat melewati kesulitan-kesulitan saat mengerjakan skripsi adalah dengan cara mendekatkan diri kepada Tuhan salah satunya dengan konseling dengan media kitab suci Al-Qur'an. Mereka menjelaskan dengan melakukan konseling tersebut beban mereka menjadi terbantu dan bertemunya solusi-solusi pada permasalahan yang mereka hadapi.

Al-qur'an Al-karim merupakan sumber dari ajaran islam yang berisi petunjuk-petunjuk untuk membimbing manusia menuju jalan yang baik demi kebahagiaan hidup manusia di dunia dan akhirat. Karena petunjuk-petunjuk dalam Al-qur'an yang bersifat global, nabi Muhammad SAW adalah manusia yang dibebankan untuk menjelaskan dan menjabarkannya. Disamping itu, umat manusia diperintahkan untuk memperhatikan dan memahami ayat-ayat Al-qur'an, sehingga dengan demikian, kebenaran-kebenaran Al-qur'an akan ditemukan sebagai bukti bahwa terlihatnya tanda-tanda kebesaran Allah dan diturunkannya Al-qur'an berfungsi sebagai jawaban atas permasalahan yang masyarakat hadapi.³

Al-qur'an berfungsi utama sebagai hidayah (petunjuk) untuk manusia dalam mengatur hidupnya di dunia dengan baik, dan merupakan rahmat bagi alam semesta, disamping pembeda antara yang haq dan yang bathil, juga sebagai penjelas segala sesuatu, akhlak, moralitas dan etika-etika yang patut manusia praktikkan dalam kehidupan. Manusia akan mendapatkan dampak positifnya dengan menerapkan semua ajaran Allah.⁴

¹ Cahyani, Yeni Eka dan Sari Zakiah Akmal, *Peranan Spiritualitas terhadap Resiliensi pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi*, (Jurnal Psikoislamedia, Volume 2, Nomor 1, April 2017), Hal 33

² Putri, Desi Kirana Sari, *Pengalaman Menyelesaikan Skripsi: Studi Fenomenologis Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya*, (Volume 02 Nomor 02 Tahun 2013), Hal 2.

³ Napitupulu, Dedi Sahputra, *Dasar-Dasar Konseling Dalam Al-qur'an*, Program Magister (S2) Jurusan Pendidikan Islam Pascasarjana UIN Sumatera Utara, Jurnal Al-Irsyad, Vol. VII, No. 2, Juli Desember 2017, hal. 37

⁴ *Ibid* hal 240

Allah berfirman dalam Al-Qur'an yang berbunyi : *Demi jiwa serta penyempurnaannya (ciptaannya), maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya. Sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwa, dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya.* (QS. Asy-Syams (91): 7-10).

Menurut tabiat dan bentuk kejadiannya, pada dasarnya manusia diberi bekal kebaikan dan keburukan, serta petunjuk dan kesesatan. Ia mampu membedakan mana yang haq dan bathil serta mampu mengarahkan diri pada hal baik dan buruk. Sebenarnya manusia secara potensial telah ada kemampuan tersebut pada dirinya. Melalui bimbingan-bimbingan dan berbagai faktor lain, bekal tersebut dibangkitkan dan terbentuk. Ia adalah ciptaan yang fitri, makhluk yang tabi'i, dan misteri yang diilhamkan. Selain bekal yang bersifat fitri, terdapat potensi kepekaan yang mengarah pada esensi manusia, yakni potensi yang bersifat netral. Manusia akan beruntung apabila ia mendayagunakan potensi tersebut untuk meningkatkan kualitas jiwa, menyucikan serta mengembangkan potensi kebaikan dan mengalahkan potensi keburukan. Sedangkan orang yang menendam, menyesatkan dan melemahkan potensi tersebut, ia sangat merugi.⁵ Allah berfirman: *Sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwa dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya,* (QS. Asy-Syams (91): 9-10).

Jika merujuk kepada ayat-ayat yang ada pada Al-Qur'an, sebenarnya banyak sekali ayat yang mengisyaratkan pada pelaksanaan konseling. Oleh karena itu, Al-Qur'an merupakan rujukan utama dan wajib ketika mendalami dan menggalai tentang konseling islami. Untuk memahami disiplin ilmu tertentu Al-Qur'an tidak bisa berdiri sendiri, Al-Qur'an membutuhkan ilmu lain seperti: hadits, tafsir, ushul fiqh dan lain sebagainya. Oleh karenanya, pemahaman terhadap cabang ilmu-ilmu lain dinilai juga penting. Kata konseling dalam bahasa Arab adalah al-Irsyad yang secara etimologi al-Huda, ad-Dalalah, dalam bahasa Indonesia berarti petunjuk. Di dalam Alquran terdapat kata al-Irsyad menjadi satu dengan kata al-

Artinya: "Dan kamu akan melihat matahari ketika terbit, condong dari gua mereka ke sebelah kanan, dan bila matahari itu terbenam menjauhi mereka ke sebelah kiri sedang mereka berada dalam tempat yang luas dalam gua itu. Itu adalah sebagian dari tanda-tanda (kebesaran) Allah. Barang siapa yang diberi petunjuk oleh Allah, maka dialah yang mendapat petunjuk; dan barang siapa yang disesatkan-Nya, maka kamu tak akan mendapatkan seorang pemimpin pun yang dapat memberi petunjuk kepadanya". (Q.S. Al-Kahfi/18: 17)

Berdasar ayat diatas dapat disimpulkan bahwa Allah berhak penuh dalam memberi petunjuk pada manusia kepada jalan kebenaran dan membiarkan dalam kesesatan. Pada ayat lain juga disebut kata Al-Irsyad sebagai berikut:

⁵ *ibid* hal 29

Artinya: “(yang) memberi petunjuk kepada jalan yang benar, lalu kami beriman kepadanya. Dan kami sekali-kali tidak akan mempersekutukan seorang pun dengan Tuhan kami”. (Q.S. Al-Jin/72: 2).

Dari ayat diatas dapat kita analisa bahwa Al-Qur’an merupakan pedoman dan petunjuk untuk mendapatkan kebenaran. Jadi untuk membimbing jiwanya menuju kebenaran dianjurkan kepada semua muslim untuk membaca kemudian menghayati dan mengamalkannya. Pada dimensi spiritual konseling Al-Qur’an Allah merupakan konselor yang Maha Agung, satu-satunya wadah manusia berserah diri dalam menghadapi permasalahan, sebagai sumber penyelesaian masalah, sumber kekuatan dan pertolongan dan sumber kesembuhan.⁶

Sebagai klien/konselor, konseling Al-Qur’an memandang manusia sebagai individu yang memiliki potensi hidup sehat secara mental. Agar mampu menyelesaikan masalahnya dengan baik Allah membekali dengan potensi-potensi tertentu. Dengan bekal potensi yang dimiliki diharapkan manusia mampu menyelesaikan masalahnya sendiri, karena Allah memberi masalah (ujian) kepada manusia sesuai kadar kesanggupan masing-masingnya.⁷

Berdasarkan kemampuan yang dimiliki manusia, maka dalam proses konseling Al-Qur’an klien di arahkan untuk melakukan self counseling. Dalam menyelesaikan masalahnya klien dituntut untuk kreatif dan mandiri. Mengenai hasilnya, akan sesuai dengan kemampuan dan sejauh mana klien tersebut berusaha. Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam surah Ar-Ra’du/13: 11

Artinya: “*Sesungguhnya Allah tidak akan merubah nasib suatu kaum, sampai mereka merubah diri mereka sendiri*”.

Peneliti memilih konseling Al-Qur’an karena hal ini terbilang unik diantaranya reaksi tiap individu yang mempraktikan itu cenderung berbeda tergantung apa dan masalah yang dihadapinya

Dengan hal ini peneliti tertarik dengan mengangkat judul “ *Pengalaman Al-Qur’an Self Counseling (Konseling Al-Qur’an) Terhadap Sres Mahasiswa dalam Proses Pengerjaan skripsi*” sebagai bahan kajian penelitian.

B. Fokus Penelitian

1. Bagaimana makna Al- Qur’an berdasar pengalaman kehidupan mahasiswa sehari-hari ?
2. Apa kendala pada mahasiswa dalam proses pengerjaan skripsi ?
3. Bagaimana pengalaman spiritual yang mahasiswa alami dalam menerapkan konseling Al Qur’an sebagai strategi coping dalam pengerjaan skripsi tersebut ?

⁶ Napitupulu, Dedi Sahputra, *Dasar-Dasar Konseling Dalam Al-qur’an*, Program Magister (S2) Jurusan Pendidikan Islam Pascasarjana UIN Sumatera Utara, JURNAL AL-IRSYAD, Vol. VII, No. 2, Juli Desember 2017, hal. 38

⁷ *Ibid* hal 39

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui makna Al-Qur'an berdasar pengalaman kehidupan mahasiswa sehari-hari
2. Mengetahui kendala mahasiswa dalam penyusunan skripsi
3. Mengetahui macam pengalaman spiritual mahasiswa dalam menerapkan konseling al-Qur'an sebagai strategi coping dalam pengerjaan skripsi.

D. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi hal yang dapat dipersembahkan untuk menambah khazanah ilmu pengetahuan dalam bidang Tasawuf dan Psikoterapi khususnya dalam bidang Psikologi Konseling dan Psikoterapi.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Pembaca : hasil penelitian ini dapat dimaksudkan bisa bermanfaat sebagai bahan masukan, petunjuk, maupun acuan serta bahan pertimbangan yang cukup berarti bagi penelitian lain.
- b. Bagi Peneliti : penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan sebagai penerapan ilmu pengetahuan yang penulis peroleh serta untuk menambah pengalaman dan wawasan baik dalam bidang penelitian lapangan maupun penulisan karya ilmiah terkait dengan sebuah paparan tentang pengalaman konseling Al-Qur'an sebagai strategi coping pada mahasiswa dalam proses pengerjaan skripsi.

3. Penegasan Istilah

Untuk menghindari kebingungan, kesalahpahaman dan memudahkan pemahaman dalam memahami penelitian yang berjudul "Konseling Al-Qur'an sebagai strategi coping pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi", maka penulis memandang perlu untuk memberi penegasan istilah dalam judul tersebut sebagai berikut:

a. Pemahaman Istilah Konseling

Menurut *American Counseling Association* (2018), konseling profesional adalah suatu hubungan profesional yang bertujuan untuk memberdayakan perbedaan individu, keluarga, dan kelompok sehingga mampu mencapai tujuan kesehatan mental, kesejahteraan, pendidikan, dan karir. Konseling psikologi adalah kegiatan yang dilakukan untuk membantu mengatasi masalah psikologis yang berfokus pada aktivitas preventif dan pengembangan potensi positif yang dimiliki dengan menggunakan prosedur berdasar teori yang

relevan, dilakukan untuk menyelesaikan masalah pendidikan, perkembangan manusia ataupun pekerjaan baik secara individual maupun kelompok.⁸

b. Pemahaman Istilah Al-Qur'an

Al-qur'an Al-karim merupakan sumber dari ajaran islam yang berisi petunjuk-petunjuk untuk membimbing manusia menuju jalan yang baik demi kebahagiaan hidup manusia di dunia dan akhirat. Karena petunjuk-petunjuk dalam Al-qur'an yang bersifat global, nabi Muhammad SAW adalah manusia yang dibebankan untuk menjelaskan dan menjabarkannya. Disamping itu, umat manusia diperintahkan untuk memperhatikan dan memahami ayat-ayat Al-qur'an, sehingga dengan demikian, kebenaran-kebenaran Al-qur'an akan ditemukan sebagai bukti bahwa terlihatnya tanda-tanda kebesaran Allah dan diturunkannya Al-qur'an berfungsi sebagai jawaban atas permasalahan yang manusia hadapi.

c. Pemahaman Istilah Konseling Al-Qur'an

Konseling Al-Qur'an merupakan metode konseling menggunakan Al-Qur'an, yang mana Allah sebagai pemberi petunjuk lantaran ayat-ayat Al-Qur'an yang memang bertujuan sebagai sarana pemberi petunjuk bagi umat manusia. Sedangkan Menurut Erhamwilda (2009), dasar pokok ajaran Islam adalah Al-Qur'an dan Hadits yang perlu digali secara kritis sehingga dapat mengaplikasikan konsep dasar konseling yang sudah ada di dalamnya secara profesional. Adz-Dzaky (2006) menjelaskan bahwa Islam dan ajarannya berisi tuntunan untuk membantu dan membimbing manusia membangun kepribadiannya supaya tangguh, sehat mental, tenang jiwa, sehingga dapat menanggulangi problem hidupnya.⁹

d. Pemahaman istilah strategi coping

Strategi *Coping* adalah suatu proses untuk mengatasi berbagai macam tuntutan baik dari sisi internal maupun eksternal yang melebihi kapasitas orang tersebut (dalam Taylor,1999 dalam Angraeni dan Yuniar,2012). Lazarus dan folkman juga mengklasifikasikan strategi *coping* menjadi dua kelompok besar yaitu terfokus pada masalah (*problem-focused coping*) dan terfokus pada emosi (*emotion*

⁸ Ekayani, Syafira Putri, *Efektivitas Konseling Qur'ani Terhadap Kesejahteraan Subjektif Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus*, (Skripsi: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia, 2018) hal. 27

⁹ Ibid, hal 28

focused coping). Aspek-aspek dalam *problem focused coping* adalah *confrontative coping*, *seeking social support*, dan *planful problem solving*. Sedangkan aspek dalam *emotion focused coping* yaitu *self-control*, *distancing*, *positive reappraisal*, *accepting responsibility*, dan *escape/avoidance*.¹⁰

e. Pemahaman istilah skripsi

Skripsi merujuk pada karya tulis ilmiah berupa paparan tulisan yang berisi hasil penelitian sarjana mengenai pembahasan suatu fenomena atau permasalahan dalam suatu bidang ilmu dengan berdasar kepada kaidah-kaidah yang berlaku. Kaidah-kaidah tersebut biasanya berbeda dari perguruan tinggi satu dengan perguruan tinggi lain, namun secara umum kaidah-kaidah dasarnya sama. Skripsi merupakan istilah yang digunakan di Indonesia yang ditujukan pada karya ilmiah wajib yang disusun oleh mahasiswa digunakan sebagai persyaratan gelar akademis atau kualifikasi profesional yang menyajikan penelitian dan temuan penulis yang bertujuan untuk melatih mahasiswa menerapkan pengetahuan melalui suatu pemecahan masalah yang berkaitan dengan bidang ilmunya.

4. Sitematika Penulisan

Dalam penulisan skripsi ini, supaya lebih sistematis dan sesuai dengan pokok permasalahan yang diteliti, sehingga memudahkan pembaca atau peneliti selanjutnya untuk memahami kandungan dari karya ilmiah ini. Sehingga diharapkan dapat memberikan manfaat taupun referensi untuk penelitian, penulis membagi dalam lima bab yang masing-masing bab terdiri dari sub bab. Adapun urutan penulisan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

BAB I: Pendahuluan

Dalam bab pendahuluan ini di dalamnya berisi uraian mengenai konteks penelitian, fokus masalah, tujuan penelitian, manfaat hasil penelitian dan definisi istilah untuk memperjelas penulis memaparkan tujuan dan kegunaan penulisan dilanjutkan dengan penegasan.

¹⁰ Tairaas, Maindra Fauziannisa Mareyke Maritje Wagey, *Hubungan Strategi Coping dan Self Efficacy Pada Penyalahguna Narkoba Pada Masa Pemulihan*, (Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial, Vol. 3, No. 3, Desember 2013), hal 138

BAB II: Kajian Pustaka

Bab ini berisikan tentang Konseling Al-Qur'an sebagai strategi coping pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Pada intinya memuat kerangka berpikir serta hipotesis yang dikemukakan oleh penulis. Selain itu, tinjauan pustaka atau buku-buku teks yang berisi teori-teori besar (*grand theory*) dan teori-teori yang dihasilkan dari penelitian terdahulu.

BAB III: Metode Penelitian

Metode Penelitian adalah cara sistematis untuk menyusun ilmu pengetahuan. Pada bab ini di dalamnya berisi tentang : pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, kehadiran peneliti, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, pengecekan keabsahan temuan, dan tahap-tahap penelitian.

BAB IV: Hasil Penelitian dan Pembahasan.

Pada bab ini menguraikan tentang paparan data/temuan penelitian yang disajikan dalam sebuah pertanyaan-pertanyaan atau pernyataan-pernyataan penelitian dan hasil analisis data. Paparan tersebut diperoleh dari pengamatan, wawancara, dan dekripsi informasi lainnya.

Pada bab ini juga berisi pembahasan terkait dengan konseling Al-Qur'an sebagai strategi coping pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

BAB V: Penutup

Yang memuat kesimpulan dan saran-saran. Pada kesimpulan, uraian yang dijelaskan disamakan dengan pertanyaan dalam fokus penelitian. Sedangkan saran berisikan masukan-masukan yang bersifat konstruktif.