

Religiusitas dan resiliensi santri selama pandemi COVID-19

Isrida Yul Arifiana¹

Dyan Evita Santi²

Fauzul Adim Ubaidillah³

¹Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945, Surabaya

³Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Ibrahimy, Situbondo

E-mail: isrida@untag-sby.ac.id

Abstract

The Corona Virus Disease (COVID-19) pandemic impacts several aspects of the social life of students at Islamic Boarding Schools. Resilience is one of the psychological resources developed by individuals and communities to prevent the negative impact of the Corona Virus Disease (COVID-19) pandemic. This study aims to examine the relationship between religiosity and resilience. This research uses the quantitative correlational method. The participants of this study amounted to 216 students who were selected based on a simple random sampling technique. This study uses a resilience scale from Wagnild & Young to measure resilience, and the religiosity scale is based on the dimensions of Islamic worldview and religious personality from Krauss, Hamzah, Juhari, & Hamid. Analysis of this research data using regression analysis with the help of Jeffrey's Amazing Statistics Program (JASP). The results of this study indicate that religiosity has a positive and significant relationship with resilience. Suggestions from this study are that the results of this study can be used as a basis for developing student resilience. Further researchers are expected to examine other psychological resources to develop resilience during the COVID-19 pandemic.

Keywords: Resilience, Religiosity, Santri, COVID-19

Abstrak

Pandemi Corona Virus Disease (COVID-19) berdampak terhadap beberapa aspek kehidupan sosial santri di Pondok Pesantren. Resiliensi menjadi salah satu sumber daya psikologis yang dikembangkan oleh individu maupun masyarakat sebagai salah satu upaya untuk mencegah dampak negatif pandemi Corona Virus Disease (COVID-19). Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji tentang hubungan antara religiusitas dengan resiliensi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Partisipan penelitian ini berjumlah 216 santri yang dipilih berdasarkan teknik simple random sampling. Penelitian ini menggunakan skala resiliensi dari Wagnild & Young untuk mengukur resiliensi dan skala religiusitas disusun berdasarkan dimensi islamic worldview dan religious personality dari Krauss, Hamzah, Juhari, & Hamid. Analisis data penelitian ini menggunakan analisis regresi dengan bantuan Jeffrey's Amazing Statistics Program (JASP). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa religiusitas memiliki hubungan positif dan signifikan dengan resiliensi. Saran dari penelitian ini adalah supaya hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar dalam pengembangan resiliensi santri dan bagi peneliti selanjutnya diharapkan mengkaji sumber daya psikologis lainnya sebagai upaya pengembangan resiliensi selama pandemi COVID-19.

Kata Kunci: Resiliensi, Religiusitas, Santri, COVID-19

Pendahuluan

Pandemi *Corona Virus Diseases 2019* (COVID-19) telah berdampak pada hampir semua aspek kehidupan sosial masyarakat di berbagai negara. Pandemi COVID-19 tidak hanya berdampak terhadap kesehatan fisik tetapi juga kondisi psikologis masyarakat. Hasil penelitian Bruno et al (2020) pada masyarakat di Jerman menyatakan bahwa 50% dari partisipan yang terlibat dalam penelitian mengalami kecemasan dan *psychological distress* karena pandemi COVID-19. Penelitian ini juga menyatakan bahwa aspek psikologis dan sosial merupakan faktor yang berkaitan erat dengan kecemasan terhadap pandemi COVID-19. Adanya pandemi juga berdampak pada aspek pendidikan. Siswa dan guru melakukan berbagai strategi untuk beradaptasi dengan kegiatan pembelajaran di masa pandemi COVID-19. Hasil survei Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) yang dilakukan pada 13 - 20 April 2020 menunjukkan bahwa 76,7% siswa mengaku tidak senang mengikuti pembelajaran jarak jauh (PJJ). Pondok pesantren sebagai salah satu lembaga pendidikan, juga turut merasakan adanya dampak dari kondisi pandemi COVID-19. Adanya pandemi COVID-19 membuat beberapa pondok pesantren turut menyesuaikan dengan aturan-aturan yang berkaitan dengan panduan untuk pondok pesantren agar terhindar dari COVID-19. Poin-poin yang terdapat dalam pedoman tersebut diantaranya adalah meningkatkan kesehatan dan imunitas santri, pengurus pesantren, ustadz atau ustadzah dan pengasuh pesantren, menjaga kebersihan lingkungan pondok pesantren, serta membatasi akses dan interaksi dengan pihak di luar pesantren dengan tidak mengizinkan santri keluar dari area pondok pesantren dan tidak mengizinkan tamu, orang tua atau wali santri, dan pihak-pihak di luar pesantren untuk berkunjung ke pondok pesantren.

Berbagai situasi turut menuntut masyarakat di lingkungan pondok pesantren, khususnya santri di pondok pesantren. Santri diharapkan dapat mengembangkan sumber daya psikologis sebagai upaya untuk mengatasi permasalahan kesehatan mental selama masa pandemi COVID-19. Resiliensi dapat diwujudkan sebagai upaya adaptasi yang positif dari individu atau kemampuan mengatur serta usaha agar mendapatkan kembali kesehatan mental diri kita walaupun dalam keadaan yang tertekan. Ketahanan diri juga dapat didefinisikan sebagai proses adaptasi dalam menghadapi trauma, stres, atau kesulitan (Paz, Sica, Pio, & Fleck, 2015)

Resiliensi merupakan salah satu sumber daya psikologis yang dapat dikembangkan oleh para santri pondok pesantren untuk mengatasi dampak negatif pandemi COVID-19. Adanya pandemi COVID-19 membuat mereka beradaptasi dengan aktivitas belajar akademik dan agama dengan situasi yang baru. Padatnya aktivitas santri dan adanya perubahan kondisi di pondok pesantren akibat adanya pandemi COVID-19 berpotensi menimbulkan kesulitan dan permasalahan yang dapat berdampak terhadap kesehatan mental santri selama di pondok pesantren. Resiliensi merupakan sumber daya psikologis yang membantu individu untuk mengatasi dan menyesuaikan diri secara fleksibel untuk melakukan perubahan saat berada dalam kondisi yang menyebabkan stres (Scheer & Dunkel, dalam Taylor, 2018) seperti saat

berada dalam kondisi pandemi. Resiliensi juga sebagai salah satu faktor yang mampu mengatasi permasalahan dan tekanan yang dihadapi di Pondok Pesantren. Individu dengan tingkat resiliensi tinggi, akan dapat menyikapi setiap permasalahan yang datang dengan menunjukkan sikap yang positif ketika menghadapi tiap permasalahan yang terjadi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ran et al (2020) menunjukkan bahwa Individu dengan tingkat resiliensi yang tinggi cenderung memiliki simptom emosi negatif yang rendah pada saat menghadapi kondisi darurat kesehatan yang disebabkan oleh pandemi COVID-19.

Upaya pengembangan resiliensi selama pandemi COVID-19 adalah dengan mengembangkan sumber daya internal maupun eksternal yang dimiliki santri. Religiusitas dapat menjadi sumber daya yang dapat dikembangkan untuk meningkatkan resiliensi individu. Religiusitas adalah suatu cara individu menggunakan keyakinannya dalam mengelolah stres dan masalah masalah dalam kehidupan (Wong Mc Donal dalam Utami, 2012). Remaja yang memiliki tingkat religiusitas tinggi, akan cenderung memiliki kemampuan resiliensi yang baik, sehingga mampu memunculkan sikap yang positif ketika menghadapi permasalahan. Sebaliknya religiusitas yang rendah dapat memberi pengaruh terhadap kemampuan resiliensi dari individu sehingga sikap yang terbentuk pada diri individu pun nantinya cenderung lebih ke arah yang lebih negatif (Annalakshmi & Abeer, 2011). Dalam meningkatkan resiliensi pada diri individu, peran religiusitas menjadi penting, dikarenakan religiusitas dianggap sebagai salah satu faktor dari dalam diri individu yang mampu memberikan pengaruh pada resiliensi (Prapanca, 2017).

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tujuan dari penelitian ini yaitu, untuk mengetahui seberapa besar pengaruh yang diberikan oleh variabel religiusitas terhadap variabel resiliensi pada santri pondok pesantren khususnya saat pandemi COVID-19. Harapannya dengan adanya penelitian ini, nantinya dapat digunakan sebagai bahan acuan bagi para pengasuh pondok pesantren guna meningkatkan resiliensi santri saat pandemi COVID-19 dengan memperkuat tingkat religiusitas santri.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain korelasional yang melibatkan 216 santri (Laki-laki 55%, Perempuan 45%) di Pondok Pesantren Darul Lughah Wal Karomah Kabupaten Probolinggo. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala resiliensi terdiri dari 25 butir pernyataan yang diadaptasi dari The Resilience Scale dari Wagnild & Young (1993) yang mencakup 5 dimensi yaitu : (1) *Perseverance* (sikap individu yang tetap bertahan dalam menghadapi situasi sulit, (2) *Equanimity* (karakter individu dalam melihat sebuah masalah dari sudut pandang yang positif dimana individu dapat menertawakan situasi sulit yang dialami), (3) *Meaningfulness* (kesadaran individu bahwa hidupnya memiliki tujuan dan diperlukan usaha untuk mencapai tujuan tersebut), (4) *Self-Reliance* (keyakinan individu bahwa dirinya memiliki kemampuan dan memiliki batasan dalam kemampuan tersebut, (5) *Existential Aloness* (kesadaran bahwa setiap individu unik dan menerima diri sendiri

apa adanya). Hasil uji reliabilitas skala resiliensi menunjukkan koefisien Cronbach's Alpha sebesar 0,85 dan McDonald's Omega sebesar 0,85 dengan rata-rata korelasi antar item sebesar 0,30 dan *Confidence Interval* (CI) 95%.

Religiusitas diukur dengan menggunakan skala religiusitas terdiri dari 35 butir pernyataan yang disusun oleh peneliti dengan mengacu pada dimensi pengukuran religiusitas yang disusun oleh Krauss, Hamzah, Juhari, & Hamid (2005) yang terdiri dari dimensi (1) *Islamic Worldview* dan (2) dimensi *Religious Personality*. Dimensi *Islamic Worldview* dibagi lagi menjadi 3 sub dimensi yaitu: (1A) *Creator & Creation*, (2B) *Existence & Transcendence*, dan (3C) *All-encompassing Religion*. Dimensi *Religious Personality* juga dibagi menjadi 3 sub dimensi yaitu: (2A) *Self (self-directed)*, (2B) *Social (Interpersonal - Interactive)*, dan (3C) *Ritual (formal worship)*. Hasil uji reliabilitas skala religiusitas menunjukkan koefisien Cronbach's Alpha sebesar 0,85 dan McDonald's Omega sebesar 0,85 dengan rata-rata korelasi antar item sebesar 0,31 dan *Confidence Interval* (CI) 95%. Teknik analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi sederhana.

Hasil

Hasil analisis deskriptif penelitian yang berkaitan dengan rata-rata standar deviasi, maka nilai Resiliensi $M = 70,61$, $SD = 9,00$ dan religiusitas $= 75,15$, $SD = 8,24$. Berdasarkan hasil analisis juga menunjukkan bahwa koefisien korelasi (R) antara religiusitas dengan resiliensi sebesar 0,28 dan nilai R^2 sebesar 0,08 yang menunjukkan bahwa religiusitas memiliki sumbangan efektif sebesar 8% terhadap resiliensi (tabel.1).

Tabel 1
Model Summary - Resiliensi

Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
H ₀	0.00	0.00	0.00	9.00
H ₁	0.28	0.08	0.07	8.66

Hasil uji F juga menunjukkan bahwa nilai F sebesar 18,24 lebih besar dari nilai F tabel ($18,24 > 6,75$) dan $p < 0,001$. Hal ini menunjukkan bahwa variabel religiusitas dapat digunakan untuk memprediksi resiliensi (tabel 2.)

Tabel 2
ANOVA

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
H ₁	Regression	1366.91	1	1366.91	18.24	<.001
	Residual	16038.42	214	74.95		
	Total	17405.33	215			

Note. The intercept model is omitted, as no meaningful information can be shown.

Tabel 3
Coefficients

Model		Unstandardized	Standard Error	Standardized	t	p
H ₀	(Intercept)	70.61	0.61		115.34	<.001
H ₁	(Intercept)	47.60	5.42		8.78	<.001
	Religiusitas	0.31	0.07	0.28	4.27	<.001

Nilai t sebesar 4,27 dan $p < 0,001$ artinya religiusitas secara signifikan memprediksi resiliensi (tabel 3). Persamaan regresi $Y = a + bX = 47,60 + 0,31X$. Jika tidak ada religiusitas maka resiliensi = 47,60. Koefisien regresi 0,31 menunjukkan bahwa setiap penambahan 1 poin skor religiusitas akan meningkatkan resiliensi sebesar 0,31

Pembahasan

Resiliensi merupakan salah satu sumber daya psikologis yang dapat dikembangkan untuk mengatasi perubahan kondisi akibat adanya pandemi COVID-19. Individu dengan resiliensi tinggi cenderung memiliki kecemasan yang rendah (Barzilay *et al.*, 2020). Pengembangan resiliensi membutuhkan sumber daya psikologis lain yang terdapat dalam diri individu. Terdapat lima sumber daya psikologis yang dapat digunakan untuk mengembangkan resiliensi diantaranya yaitu perasaan selaras hidup, memiliki kebermaknaan dalam hidup, selera humor, memandang kehidupan sebagai sesuatu yang bernilai, dan religiusitas (Taylor, 2018). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa religiusitas memiliki hubungan yang signifikan terhadap resiliensi. Hal ini menunjukkan bahwa religiusitas memiliki peranan dalam meningkatkan resiliensi individu selama pandemi COVID-19. Religiusitas terdiri dari serangkaian *practices* yang diyakini memiliki manfaat terhadap kondisi psikologis dan spiritual (Nelson, 2009). Penelitian Annalakshmi & Abeer (2011) pada masyarakat muslim di India menyatakan bahwa individu yang resilien memiliki kecenderungan melakukan ritual-ritual peribadatan yang tinggi dimana ritual-ritual peribadatan tersebut merupakan manifestasi dari nilai-nilai tauhid dalam agama islam.

Agama menjadi faktor penting dalam pengembangan resiliensi karena agama menjadi sarana bagi individu dalam mengekspresikan kebutuhan spiritual (Bakara dkk., 2019). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Al Eid dkk., (2020) yang menyatakan bahwa terdapat korelasi positif antara religiusitas terhadap resiliensi pada pasien kanker payudara di Saudi Arabia. Religiusitas dapat menjadi pelopor untuk pengembangan resiliensi dan menyediakan mekanisme pertahanan bagi individu saat menghadapi kondisi yang serba tidak pasti (Ian dkk., 2020). Religiusitas berkaitan dengan adanya keyakinan terhadap ajaran agama dan keterlibatan dalam berbagai aktivitas keagamaan seperti beribadah (Kay dkk., 2020). Keyakinan dan kepercayaan terhadap ajaran agama dapat digunakan sebagai strategi *coping* untuk memahami makna dibalik kesulitan dan penderitaan yang sedang di hadapi, sedangkan keterlibatan dalam berbagai aktivitas ibadah dapat digunakan sebagai upaya untuk mencari ketenangan pada saat mengalami kesulitan atau dalam keadaan sedih (Lusk dkk., 2019). Hal ini sangat relevan dengan kondisi pandemi yang sedang dihadapi oleh setiap individu di Indonesia dan berbagai negara lainnya dimana setiap individu tidak mengetahui secara pasti kapan pandemi ini akan berakhir. Selain menghadapi kondisi yang serba tidak pasti, adanya pandemi COVID-19 juga menuntut setiap individu untuk beradaptasi dengan berbagai perubahan yang terjadi akibat pandemi.

Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa religiusitas memiliki korelasi dengan resiliensi, sehingga religiusitas dapat menjadi sumber daya internal yang dapat

dikembangkan oleh individu sebagai salah satu upaya dalam pengembangan resiliensi selama pandemi COVID-19. Peningkatan religiusitas pada santri dapat dilakukan dengan berbagai aktivitas keagamaan yang sudah lazim dilaksanakan di lingkungan pondok pesantren. Selanjutnya, untuk peneliti selanjutnya mampu mengembangkan penelitian ini menjadi lebih variatif, terutama mengenai faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi resiliensi. Peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan variabel kognitif, kepribadian, orientasi kebahagiaan, efikasi diri, regulasi emosi, kebersyukuran atau variabel lain yang dapat berpengaruh terhadap resiliensi.

Acknowledgement

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Pondok Pesantren Darul Lughah Wal Karomah, Kabupaten Probolinggo atas izin dalam menggunakan lembaga pendidikannya sebagai lokasi penelitian.

Referensi

- Al Eid, dkk (2020). Religiosity, Psychological Resilience, and Mental Health Among Breast Cancer Patients in Kingdom of Saudi Arabia. *Breast Cancer; Basic and Clinical Research*. 14: 1 – 13
- Annalakshmi, N., & Abeer, M. (2011). Islamic worldview, religious personality and resilience among Muslim adolescent students in India. *Europe's Journal of Psychology*. 7(4), 716–738. Diunduh dari <https://doi.org/10.5964?ejop.v7i4.161>
- Bakara, A., Aida, R. Z., Ibrahim, R., & Mohd, M. (2019). *Religiosity and Sustainable Development : Application of Positive Psychology*. 7(4),160–168.
- Barzilay, R., Moore, T. M., Greenberg, D. M., Didomenico, G. E., Gur, R.C., Gur, R. E., Brown, L. A., & White, L. K. (2020). Resilience , COVID-19-related stress , anxiety and depression during the pandemic in a large population enriched for healthcare providers. *Translational Psychiatry*. <https://doi.org/10.1038/s41398-020-00982-4>
- Bruno, M., Antonia, P., Jens, B., Lena, P., Mascarell, L., Felix, M., Janina, B., Julia, R., & Andreas, G. (2020). *Risk , resilience , psychological distress , and anxiety at the beginning of the COVID-19 pandemic in Germany*. June, 1–10. <https://doi.org/10.1002/brb3.1745>
- Ian, M., Peng, S., & Hashim, A. H. (2020). *Resilience in adolescent refugees living in Malaysia : The association with religiosity and religious coping*. <https://doi.org/10.1177/0020764020957362>
- Kay, P., Tay, C., & Lim, K. (2020). *Psychological Resilience as an Emergent Characteristic for Well-Being : A Pragmatic View*. 138683. <https://doi.org/10.1159/000509210>
- Krauss, S. E. (2005). *Development of The Muslim Religiosity Personality Inventory For Measuring The Religiosity of Malaysian Muslim Youth*. Disertasi. www.calameo.com diakses 1 Mei 2021
- Lusk, M., Terrazas, S., Caro, J., Chaparro, P., Puga, D., Lusk, M., Terrazas, S., Caro, J., & Chaparro, P. (2019). Resilience , faith , and social supports among migrants and refugees from Central America and Mexico. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 0(00), 1–22. <https://doi.org/10.1080/19349637.2019.1620668>
- Nelson, J. M. (2009). *Psychology, Religion, and Spirituality*. New York: Springer.

-
- Paz, B., Sica, N., Pio, M., & Fleck, D. A. (2015). Intrinsic religiosity , resilience , quality of life , and suicide risk in depressed inpatients. *Journal of Affective Disorders*, 179, 128–133. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.03.022>
- Prapanca, P. (2017). Pengaruh Tingkat Religiusitas Terhadap Self Resiliensi Siswa Kelas X Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Karanganyar. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 3(1): 62–70.
- Ran, L., Wang, W., Ai, M., Kong, Y., Chen, J., & Kuang, L. (2020). Social Science & Medicine Psychological resilience , depression , anxiety , and somatization symptoms in response to COVID-19 : A study of the general population in China at the peak of its epidemic. *Social Science & Medicine*, 262(July), 113261. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113261>
- Taylor, S. E. (2018). *Health Psychology: Tenth Edition*. New York: McGraw- Hill Education
- Wagnild, G. M., & Young, H., M. (1993). Development and Psychometric Evaluation of The Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*.1(2).