

Sekolah Tinggi Teologi SAAT
(Seminari Alkitab Asia Tenggara)

**HUBUNGAN MINAT SOSIAL DAN KELEKATAN DENGAN TUHAN
TERHADAP KOPING STRES PADA MAHASISWA KRISTEN**



Tesis Ini Diserahkan kepada
Dewan Pengajar STT SAAT
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar
Magister Teologi

oleh

Carolina Soputri

Malang, Jawa Timur
November 2020

UCAPAN TERIMA KASIH

Terpujilah Allah Tritunggal yang menganugerahkan kasih, hikmat dan sukacita di dalam pengharapan menyelesaikan tesis ini.

Penulis mengucapkan syukur atas penyertaan Allah melalui bantuan dan dukungan dari berbagai pihak sehingga tesis ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu, melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Sylvia Soeherman dan Bapak Heman Elia dalam kebijaksanaan dan kasih telah membimbing penulis selama penyusunan tesis. Terima kasih kepada STT SAAT, staf karyawan dan staf konselor di pastorium atas dukungan yang diberikan. Terima kasih kepada keluarga penulis, orang tua dan saudara-saudara yang telah menopang dalam perhatian, semangat dan doa. Terima kasih bagi rekan-rekan pelayanan dan para sahabat dalam Kristus yang telah banyak memberi perhatian dan dukungan bagi penulis dalam menyelesaikan tesis ini.

*Tetapi pada Allahlah hikmat dan kekuatan, Dialah yang mempunyai pertimbangan dan pengertian.
(Ayub 12:13)*

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	xi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
Perumusan Masalah	11
Hipotesis Penelitian	11
Tujuan Penelitian	12
Manfaat Penelitian	12
Cakupan Penelitian	13
Sistematika Penulisan	13
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	15
Koping Stres	15
Faktor yang Berperan terhadap Koping Stres	19
Jenis Koping Stres	23
Dampak Koping Stres yang Negatif	32
Minat Sosial	37
Definisi Minat Sosial	37
Faktor-faktor yang Membentuk Minat Sosial	39
Dampak Minat Sosial	44

Kelekatan dengan Tuhan (<i>Attachment to God</i>)	48
Definisi Kelekatan	48
Definisi Kelekatan dengan Tuhan	50
Pola Kelekatan dengan Tuhan	52
Faktor-faktor yang membentuk Kelekatan dengan Tuhan	54
Dampak Kelekatan dengan Tuhan	56
Hubungan Minat Sosial dan Koping Stres	57
Hubungan Kelekatan dengan Tuhan dan Koping Stres	60
BAB 3 TINJAUAN ALKITABIAH	65
Perspektif Alkitab Berkaitan dengan Konsep Tekanan	66
<i>thlipsis</i>	66
<i>Lypē</i>	70
Kesimpulan Konsep Tekanan di Perjanjian Baru	72
Penyebab Tekanan dalam Kehidupan Orang Percaya	73
Cara Orang Percaya Menghadapi Tekanan dalam Kehidupan di Perjanjian Baru	78
Paulus dalam Menghadapi Tekanan di 2 Korintus 7:2-12 dan 2 Korintus 12:1-10	86
2 Korintus 7:2-12	87
2 Korintus 12:1-10	89
Relasi yang Dekat dengan Tuhan dalam Menghadapi Tekanan Hidup	94

Kesimpulan	96
BAB 4 METODE PENELITIAN	98
Variabel Penelitian	98
Definisi Konseptual dan Operasional	99
Alat Ukur Penelitian	100
<i>Social Interest Scale (SIS)</i>	100
<i>Attachment to God Inventory (AGI)</i>	101
<i>Coping Schemas Inventory-Revised (CSI-R)</i>	103
Teknik Sampling	105
Subjek Penelitian	105
Desain Penelitian	105
Prosedur Penelitian	106
Teknik Analisis Data	106
Keterbatasan Penelitian	107
BAB 5 HASIL DAN DISKUSI HASIL PENELITIAN	109
Hasil Penelitian	109
Hasil Statistik Deskriptif	109
Hasil Uji Asumsi Metodologi	111
Hasil Analisis Korelasi Bivariat	114
Diskusi Hasil Penelitian	115
Minat Sosial dan Koping Stres	116

Kelekatan dengan Tuhan dan Koping Stres	120
Refleksi Teologis tentang Minat Sosial dan Kelekatan dengan Tuhan terhadap Koping Stres	122
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	125
Kesimpulan	125
Saran	126
LAMPIRAN	129
DAFTAR KEPUSTAKAAN	140



DAFTAR TABEL

Tabel 1 Skala CSI-R	104
Tabel 2 Jenis Kelamin	109
Tabel 3 Usia Responden	110
Tabel 4 Keaktifan Mengikuti Ibadah di Gereja Setempat	110
Tabel 5 Keaktifan dalam Komunitas Kristen	110
Tabel 6 Tempat Tinggal Responden	111
Tabel 7 Uji Normalitas	112
Tabel 8 Uji Linearitas antara Minat Sosial dengan Koping Stres	112
Tabel 9 Uji Linearitas antara Kelekatan dengan Tuhan dengan Koping Stres	113
Tabel 10 Uji Homogenitas	113
Tabel 11 Uji Korelasi <i>Spearman's Rho</i>	114



BAB 1

PENDAHULUAN

Menurut Robert S. Feldman, stres adalah suatu proses yang menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu yang mengancam, menantang, ataupun membahayakan dan individu merespons peristiwa tersebut pada level fisiologis, emosional, kognitif dan perilaku.¹ Hampir setiap individu tidak asing dengan tekanan hidup atau stres. Hal ini karena individu mengalami kelebihan beban dalam 24 jam setiap harinya. Akibatnya, individu merasa kekurangan dalam banyak hal, misal kurang tidur, kurang waktu untuk berdoa, kurang bersosialisasi, kurang bahagia, dan lain sebagainya. Berbagai hambatan ini apabila tidak diatasi dengan baik, dapat mengganggu kehidupan individu yang bersangkutan dan berdampak pula pada kehidupan sesama di sekitarnya.

Hal serupa juga dikutip oleh McMinn dalam penelitian yang dilakukan oleh Richard Lazarus terhadap 100 orang dewasa tentang penyebab stres dalam kehidupan individu. Lazarus menemukan setidaknya sepuluh penyebab stres teratas yang dialami oleh para responden, yakni penampilan fisik, kriminalitas, kekayaan dan investasi, kegiatan mengurus rumah, hal-hal yang terjadi di luar dugaan (misal kehilangan sesuatu yang penting), terlalu banyak hal yang dikerjakan, kenaikan harga,

¹Robert S. Feldman, *Adjustment: Applying Psychology in A Complex World* (Singapura: McGraw Hill, 1989), 189.

kesehatan anggota keluarga, dan masalah berat badan.² Dari hasil penelitian yang dilakukan dalam *Grand Challenges in Student Mental Health* diperoleh bahwa stres pada mahasiswa disebabkan oleh permasalahan tuntutan akademik (skripsi), ekonomi, persoalan keluarga hingga persoalan pertemanan dan percintaan. Menurut data survei yang telah dilakukan oleh Badan Pengembangan dan Pengkajian Keilmuan Nasional ILMPI (Ikatan Lembaga Mahasiswa Psikologi Indonesia) periode 2019-2020, ditemukan bahwa 1470 responden mengalami rasa cemas terus-menerus, 1235 responden mengalami kelelahan berkepanjangan tanpa penyebab yang jelas, 907 responden mengalami sedih hingga mengganggu aktivitas kegiatannya, mengalami ketidakpercayaan diri sejumlah 651 responden, 23 responden tidak minat dalam kegiatan, 19 responden merasa tertekan, 12 responden merasa tidak berguna, sedangkan 168 responden mengalami permasalahan mental selain yang telah disebutkan di atas.³ Pemaparan data tersebut menunjukkan berbagai dampak stres yang dialami mahasiswa. Hal ini memberikan gambaran bahwa masalah stres bukanlah masalah sepele dan membutuhkan penanganan serius untuk menolong para mahasiswa yang mengalami stres.

Dengan adanya berbagai masalah yang memberi tekanan pada diri individu, maka diperlukan coping stres untuk mengatasi berbagai dampak stres yang berakibat pada berbagai aspek kehidupan individu. Coping stres menjadi cara yang diharapkan

²Mark R. McMinn, *Making the Best of Stress: How Life's Hassles Can Form the Fruit of the Spirit* (Downers Grove: InterVarsity, 1996), 14.

³"Layanan Kesehatan Mental di Lingkungan Kampus: Urgensi dan Solusi," Artikel Kajian, *Ikatan Lembaga Mahasiswa Psikologi Indonesia*, 14 Januari 2020, diakses 4 Juli 2020, <http://ilmpi.org/artikel-kajian/artikel/layanan-kesehatan-mental-di-lingkungan-kampus-urgensi-dan-solusi/>.

dan dibutuhkan bagi individu, namun tidak sedikit koping stres yang dilakukan para mahasiswa merupakan koping stres yang berdampak negatif bagi diri dan orang lain.

Beberapa usaha dalam mengubah kondisi afeksi seseorang ternyata cukup efektif untuk sementara, namun pada dasarnya tidaklah adaptif, misalnya minum minuman beralkohol atau terlibat penyalahgunaan obat-obatan.⁴ Beberapa upaya koping stres yang cenderung negatif juga dikemukakan oleh Pierceall dan Keim dalam penelitian terhadap 212 mahasiswa.⁵ Dalam penelitian tersebut ditemukan mahasiswa melakukan koping stres dengan minum minuman beralkohol sebanyak 39 persen, merokok sebanyak 37 persen, dan menggunakan obat-obatan terlarang 15 persen. Bahkan, dalam penelitian lain ditemukan bahwa mahasiswa mengonsumsi minuman bersoda dan makanan cepat saji yang berlebihan sebagai cara untuk mengatasi tekanan selama perkuliahan berjalan.⁶ Berbagai konsumsi pada obat-obatan dan makanan yang tidak sehat pada akhirnya dapat berpotensi sangat merugikan bagi kesehatan mahasiswa.

Dalam penelitian oleh Deattherage dan kolega ditemukan bahwa mahasiswa yang terlibat dalam penggunaan internet untuk mengatasi masalah cenderung menghindari masalah dalam kehidupan mereka, rupanya cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi. Di sisi lain, mahasiswa yang berusaha mencari pertolongan secara daring, memperoleh pengalaman positif dalam melepaskan

⁴Robert A. Baron dan Donn Byrne, *Psikologi Sosial*, vol. 1, ed. ke-10, terj. Ratna Djuwita (Jakarta: Erlangga, 2004), 242.

⁵Emily A. Pierceall dan Marybelle C. Keim, "Stress and Coping Strategies Among Community College Students. Community College," *Journal of Research and Practice* 31, no. 9 (2007): 709, diakses 17 November 2020, <https://doi.org/10.1080/10668920600866579>.

⁶Jess P. Shatkin et.al., "Effects of a Risk and Resilience Course on Stress, Coping Skills, and Cognitive Strategies in College Students," *Teaching of Psychology* 43, no. 3 (2016): 1, diakses 6 Juli 2020, <https://doi.org/10.1177/0098628316649457>.

perasaan dan pikiran sehingga tingkat stres menjadi lebih rendah.⁷ Misal, dengan berkomunikasi kepada saudara atau teman yang berada di tempat yang berbeda melalui media daring, menghubungi konselor dan psikolog secara daring, dan menemukan artikel atau sumber informasi tentang stres dan coping stres yang positif di media daring. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa penggunaan internet dapat menjadi faktor yang berkontribusi terhadap coping stres mahasiswa, baik negatif maupun positif.

Selain beberapa coping stres di atas, terdapat juga coping stres yang sangat membahayakan jiwa mahasiswa, yakni melakukan upaya bunuh diri. Berdasarkan pemaparan dari *The Indonesian National Representative of International Association for Suicide Prevention* (IASP) yang diwakili oleh Nalini Muhdi dari Kedokteran Jiwa Unair, terkait kompleksitas alasan bunuh diri dan status kasus bunuh diri di Indonesia, menyatakan bahwa sejak 2003 Indonesia sudah berada di zona merah rawan upaya bunuh diri. Rentang usia rawan bunuh diri pun ternyata di tataran remaja hingga dewasa awal, atau dalam usia sekolah hingga usia produktif antara 15-29 tahun.⁸ Nalini menerangkan bahwa pemicu bunuh diri adalah adanya sumber-sumber stres yang tidak segera ditangani sehingga menyebabkan timbulnya stresor yang dalam. Sumber-sumber stres tersebut adalah konflik, tekanan, krisis, dan frustrasi. Tindakan bunuh diri bagi sebagian orang adalah cara yang paling ampuh untuk mengatasi masalah yang sedang mereka hadapi.

⁷Scott Deatherage, Heather L. Servaty-Seib, dan Idil Aksoz, "Stress, Coping, and Internet Use of College Students," *Journal of American College Health* 62, no. 1 (2014): 45, diakses 3 Juli 2020, <https://doi.org/10.1080/07448481.2013.843536>.

⁸Dyah Ayu Setyorini, "Data WHO: Setiap 40 Detik, 1 Orang Meninggal Bunuh Diri," *Beritajatim.com*, 4 September 2019, diakses 25 Januari 2020, <http://beritajatim.com/pendidikan-kesehatan/data-who-40-detik-1-orang-meninggal-karena-bunuh-diri/>.

Susanti, merujuk Teddy Hidayat, dokter spesialis kedokteran jiwa Indonesia, melaporkan dalam sebuah survei tahun 2019 pada mahasiswa semester satu perguruan tinggi di Kota Bandung, ditemukan 30,5 persen mahasiswa depresi, 20 persen berpikiran serius untuk bunuh diri, dan 6 persen telah mencoba bunuh diri seperti *cutting*, loncat dari ketinggian, dan gantung diri.⁹ Berdasarkan persentase yang dipaparkan oleh Teddy, menunjukkan keprihatinan terhadap mahasiswa dan cara mengatasi stres yang negatif yang makin memberi dampak buruk bagi diri mahasiswa yang bersangkutan. Salah satu kisah memprihatinkan dialami oleh seorang mahasiswa yang bernama Apriyanto Kusuma, berusia 23 tahun di Manado. Ia mengakhiri hidupnya dengan menggantung diri di kamar indekos. Mahasiswa tersebut mengalami stres yang berat karena belum menyelesaikan kuliah dan merasa bersalah kepada keluarga.¹⁰ Peristiwa ini merupakan satu dari berbagai peristiwa memprihatinkan akibat stres pada kehidupan mahasiswa.

Harususilo, merujuk pada pernyataan memprihatinkan dikemukakan oleh Guy Napolitana, kepala Departemen Perawatan di Lahey Clinic, *Tufts University School of Medicine* di Burlington, Amerika Serikat, yakni 27 persen anak kuliah mengalami gangguan kesehatan mental.¹¹ Napolitana mengemukakan bahwa masalah emosional

⁹Reni Susanti, "20 Persen Mahasiswa di Bandung Berpikir Serius untuk Bunuh Diri," *Kompas.com*, 12 Oktober 2019, diakses 19 Mei 2020, <https://bandung.kompas.com/read/2019/10/12/19563181/20-persen-mahasiswa-di-bandung-berpikir-serius-untuk-bunuh-diri?page=all>.

¹⁰Chandra Mega Sari, "Diduga Stres Kuliah, Mahasiswa di Manado Nekat Bunuh Diri dan Tinggalkan Sepucuk Surat," *Tribunnews.com*, 1 Juli 2019, diakses 20 Januari 2020, <https://www.tribunnews.com/regional/2019/07/01/diduga-stres-kuliah-mahasiswa-di-manado-nekat-bunuh-diri-dan-tinggalkan-sepucuk-surat?page=3>.

¹¹Yohanes Enggar Harususilo, "Wahai Mahasiswa, Waspada 7 Bahaya Mental Ini," *Kompas.com*, 25 Juli 2018, diakses 11 Maret 2020, <https://edukasi.kompas.com/read/2018/07/25/22413161/wahai-mahasiswa-waspada-7-bahaya-mental-ini-2?page=all#page2>.

yang dialami mahasiswa tidak muncul dan tersembunyi saat mereka masih di bangku SMA dan muncul di lingkungan yang baru di masa kuliah. Itu artinya ada pemicu atau faktor-faktor yang berperan terhadap kemampuan mahasiswa menghadapi stres sejak masa perkembangan hidup mahasiswa di tahap kehidupan sebelumnya.

Seiring perkembangan usia dan berbagai faktor yang berperan terhadap kemampuan mahasiswa menghadapi stres, maka hal penting yang perlu dipertimbangkan adalah kemampuan mahasiswa untuk memilih dan menerapkan coping stres yang positif dan bervariasi. Hal ini dibutuhkan untuk menghindari penggunaan coping stres negatif yang makin marak dan berdampak terhadap keberadaan generasi muda dan peran mereka bagi bangsa, negara, dan dunia. Peneliti tertarik kepada faktor yang berperan dalam masa perkembangan hidup mahasiswa terhadap kemampuan mahasiswa dalam menerapkan coping stres yang positif dan bervariasi. Faktor tersebut adalah minat sosial dan kelekatan dengan Tuhan.

Minat sosial dibentuk dalam perkembangan hidup individu di masa kanak-kanak. Sebagai makhluk sosial, manusia membutuhkan sesamanya untuk berbagi dan bertahan hidup. Kemampuan manusia untuk memahami bagian yang berbeda dalam diri manusia lainnya, menjadikan ia lebih mampu untuk memperhatikan yang lebih lemah, yang tidak dewasa dari diri dan yang lebih membutuhkan pertolongan.¹² Akan tetapi, tidak semua individu memiliki minat terhadap sesamanya. Pengalaman pribadi tertentu dalam kehidupan individu dapat berdampak terhadap kehidupan sosial individu. Setiap pengalaman ini diperoleh individu ketika ia melewati masa perkembangan hidupnya sejak masa kanak-kanak.

¹²John Townsend, *Bersembunyi dari Cinta*, terj. Chatarina Puramdani dan R. Suyoto Bakir (Batam: Gospel, 2005), 75.

Dalam penelitian ditemukan bahwa generasi muda menggunakan bermain video *game* untuk menghadapi frustrasi, ketakutan, dan kesulitan. Hal ini berdampak pada hilangnya kesempatan untuk belajar kemampuan coping dalam menghadapi situasi sulit yang menekan.¹³ Bermain video *game* yang terus menerus rupanya juga menambah masalah berikutnya pada relasi pertemanan, cinta, dan pekerjaan. Penelitian ini memberi gambaran tentang faktor yang dapat berperan terhadap rendahnya minat sosial generasi muda.

Pada tahap perkembangan manusia yang dikemukakan oleh Elisabeth B. Hurlock bahwa pada tahap dewasa awal yakni usia 21-40 tahun, individu mulai masuk ke dalam masa penyesuaian terhadap pola-pola hidup baru, dan harapan mengembangkan sifat-sifat, nilai-nilai yang serba baru. Individu diharapkan menikah, mempunyai anak, mengurus keluarga, meniti karier, dan mencapai satu prestasi.¹⁴ Semua tuntutan ini tidak hanya berhubungan dengan individu yang bersangkutan tetapi juga dengan orang-orang lainnya dalam kehidupan individu. Oleh sebab itu, berbagai penyesuaian yang diperlukan dalam masa dewasa awal berakibat pada segala aspek dalam kehidupan individu.

Lebih lanjut, dalam penelitian menunjukkan individu yang sering menolong sesama memiliki kesehatan mental yang lebih baik dibandingkan mereka yang jarang melakukannya.¹⁵ Interaksi individu dalam melibatkan diri untuk menolong sesama memberi dampak kepada kesehatan mental yang lebih baik. Seperti dalam penelitian

¹³Anthony Turner, "Generation Z: Technology and Social Interest," *Journal of Individual Psychology* 71, no. 2 (2015): 108, diakses 21 Januari 2020, <https://doi.org/10.1353/jip.2015.0021>.

¹⁴Alex Sobur, *Psikologi Umum* (Bandung: Pustaka Setia, 2011), 134.

¹⁵Tsz Yin Fung dan Reid Webster, "Perceived Social Support, Social Interest, and Mental Health: Testing a Mediator Model," *Journal of Individual Psychology* 74, no. 2 (2018): 160, diakses 18 Mei 2020, <https://doi.org/10.1353/jip.2018.0010>.

sebelumnya yang dilakukan oleh Lewisohn pada tahun 1974, ditemukan bahwa mereka yang mengalami depresi kehilangan kesempatan memperoleh dukungan secara positif karena kurangnya interaksi sosial dengan orang lain.¹⁶ Kemudian, Debora Basaria, M.Psi, Psikolog menuliskan bahwa untuk membangun ketangguhan individu dalam menghadapi tekanan psikis di masa pandemik Covid-19 adalah dengan meningkatkan empati terhadap kondisi orang lain secara tepat.¹⁷ Empati seseorang yang dinyatakan kepada sesama yang membutuhkan memiliki peran positif bagi psikis seseorang. Dengan kata lain, minat sosial seseorang berpotensi untuk menjadikannya pribadi yang cenderung sehat atau tidak sehat.

Ketika individu berinteraksi dengan lingkungan sekitar, ia pun mengalami berbagai perubahan dalam dirinya. Segala perubahan yang terjadi dalam kehidupan individu baik yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan dapat berdampak kepada kondisi fisik dan mental individu yang bersangkutan. Dampak dari perubahan yang terjadi tentunya berbeda bagi individu yang satu dengan individu lainnya. Penanggulangan terhadap tekanan menjadi lebih sulit apabila terlalu banyak perubahan mendadak yang terjadi sekaligus. Akibatnya, tidak jarang individu menjadi terpuruk dalam tekanan yang dialaminya dan semakin terisolasi atau bahkan enggan untuk berinteraksi dengan sesamanya karena terlalu terfokus ke dalam diri sendiri.

¹⁶P.M. Lewisohn, "Clinical and Theoretical Aspects of Depression," *Innovative Treatment Methods in Psychology* (1974), dikutip dalam Shaun A. Saunders dan Cherie Roy, "The Relationship between Depression, Life Satisfaction with Life, and Social Interest," *South Pacific Journal of Psychology* 11, no. 1 (2000): 9, diakses 9 Juni 2020, <https://doi.org/10.1017/S0257543400000717>.

¹⁷Debora Basaria, "Menjadi Pribadi yang Resilien di Tengah Pandemi Covid-19," *Kompas.com*, 5 April 2020, diakses 11 Mei 2020, <https://lifestyle.kompas.com/read/2020/04/05/194911420/menjadi-pribadi-yang-resilien-di-tengah-pandemik-covid-19?page=all>

Selain minat sosial yang menjadi faktor yang memiliki peran dalam kehidupan individu. Faktor berikutnya yang dapat berperan terhadap coping stres adalah hubungan pribadi individu dengan Tuhan. Sebagai makhluk rohani, manusia mampu bersekutu dengan Tuhan dan mengalami hal-hal rohani. Manusia diberi kemampuan transedental untuk memberi respons kepada Tuhan dalam bentuk ibadah. Sifat-sifat asli pada manusia sebagai makhluk rohani adalah perasaan tenang, berharga, dan berguna.¹⁸ Relasi dengan Tuhan merupakan pusat dalam pengalaman hidup orang Kristen. Relasi dengan Tuhan menciptakan sebuah ikatan yang memberi keyakinan bagi orang Kristen untuk bersandar kepada perlindungan, dukungan dan rasa aman di dalam Tuhan ketika menghadapi tekanan, baik eksternal maupun internal.¹⁹ Dengan kata lain, kedalaman relasi individu dengan Tuhan adalah faktor penting yang harus dibangun dan dipelihara agar individu dapat menjalani kehidupannya di dunia ini.

Penelitian yang dilakukan oleh Kirkpatrick dan Shaver menemukan bahwa gaya kelekatan yang aman dengan Tuhan berhubungan dengan kepuasan hidup dan kesehatan fisik individu. Mereka yang memiliki kelekatan yang rendah dengan Tuhan cenderung mudah mengalami kecemasan, kesepian, dan depresi. Lebih lanjut, individu dengan kelekatan menghindar memandang Tuhan secara berjarak dan menekankan tanggung jawab pribadi untuk menyelesaikan masalah daripada bergantung kepada Tuhan.²⁰ Hal ini kemudian menghasilkan coping stres yang

¹⁸E.P. Gintings, *Konseling Pastoral terhadap Masalah Umum Kehidupan Manusia* (Bandung: Jurnal Info Media, 2009), 92.

¹⁹Marie-Therese Proctor et al., "Exploring Christians' Explicit Attachment to God Representations: The Development of a Template for Assessing Attachment to God Experiences," *Journal of Psychology and Theology* 37, no. 4 (2009): 245, diakses 10 November 2019, <https://doi.org/10.1177/009164710903700402>.

²⁰Lee A. Kirkpatrick dan Philip R. Shaver, "An Attachment-Theoretical Approach to Romantic Love and Religious Belief," *Personality and Social Psychology Bulletin* 18, no. 3 (1992):

mandiri tanpa kelekatan yang aman dengan Tuhan dan mengarah kepada penggunaan alkohol.²¹ Berdasarkan penemuan ini, kelekatan dengan Tuhan merupakan prediktor terhadap kemampuan individu mengatasi masalah dalam hidupnya.

Schaap-Jonker dan kolega mengutip Tisdale dan kolega bahwa gambaran tentang siapa Tuhan bagi individu menentukan sejumlah besar relasinya dengan Tuhan.²² Sangat jelas bahwa gambaran tentang Tuhan berdampak pada kelekatan individu dengan Tuhan. Gambaran tentang Tuhan sebagian besar disebabkan oleh pengalaman individu berinteraksi dengan sesamanya. Hal ini sangat penting untuk dipahami karena kelekatan dengan Tuhan berdampak pada kondisi mental dan fisik individu yang bersangkutan.

Keberadaan individu sebagai makhluk sosial sekaligus sebagai makhluk rohani mengindikasikan bahwa manusia adalah makhluk yang unik dan tidak dapat disamakan dengan jenis ciptaan lainnya. Kemampuan individu mengatasi masalah dalam hidupnya, merupakan proses yang harus dilalui individu tersebut dalam menjalani kehidupan di dunia ini.

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah di atas, maka minat sosial, kelekatan dengan Tuhan, dan koping stres pada mahasiswa Kristen adalah hal yang menarik untuk dikaji dan diteliti. Oleh karena itu, penelitian ini berjudul “Hubungan

266-275, dikutip dalam Giselle Hernandez, et al., “Attachment to God, Spiritual Coping, and Alcohol Use,” *International Journal for the Psychology of Religion* 20, no. 2 (2010): 98, diakses 10 November 2019, <https://doi.org/10.1080/10508611003607983>.

²¹Hernandez, et al., “Attachment to God,” 106-107.

²²Hanneke Schaap-Jonker et al., “Image of God and Personality Pathology: An Exploratory Study among Psychiatric Patients,” *Mental Health, Religion & Culture* 5, no. 1 (2002): 55, diakses 11 Agustus 2020, <https://doi.org/10.1080/13674670110112712>.

Minat Sosial dan Kelekatan dengan Tuhan terhadap Koping Stres pada Mahasiswa Kristen.”

Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan sebelumnya, maka peneliti mengajukan beberapa rumusan permasalahan melalui pertanyaan-pertanyaan berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara minat sosial dengan koping stres pada mahasiswa Kristen di kota Malang?
2. Apakah terdapat hubungan antara kelekatan dengan Tuhan dengan koping stres pada mahasiswa Kristen di kota Malang?

Hipotesis Penelitian

Hipotesis dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan antara minat sosial dengan koping stres pada mahasiswa Kristen. Semakin tinggi minat sosial, semakin baik pula koping stres. Sebaliknya, semakin rendah minat sosial, maka koping stres pada mahasiswa semakin buruk.
2. Terdapat hubungan antara kelekatan dengan Tuhan dengan koping stres pada mahasiswa Kristen. Semakin tinggi kelekatan dengan Tuhan, semakin baik pula koping stres. Sebaliknya, semakin rendah kelekatan dengan Tuhan, maka koping stres semakin buruk.

Tujuan Penelitian

Tujuan penulisan tesis ini adalah untuk mengetahui jawaban dari perumusan permasalahan yang dikemukakan sebelumnya, yaitu:

1. Ada atau tidaknya hubungan antara minat sosial dengan koping stres pada mahasiswa Kristen di kota Malang.
2. Ada atau tidaknya hubungan antara kelekatan dengan Tuhan dengan koping stres pada mahasiswa Kristen di kota Malang.

Dengan melakukan penelitian terhadap perumusan masalah yang telah disampaikan di atas, peneliti berharap mendapatkan jawaban yang bermanfaat bagi semua kalangan baik peneliti sendiri, subjek penelitian, keluarga, gereja, dan peneliti selanjutnya.

Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian tesis ini adalah:

1. Memberikan sumbangsih berupa pemahaman tentang koping stres dalam kaitannya dengan minat sosial dan kelekatan dengan Tuhan. Penulisan tesis ini juga dapat menjadi penelitian pendahuluan bagi rekan-rekan peneliti yang akan melakukan penelitian lanjutan.
2. Membangkitkan kesadaran dan kepedulian bagi keluarga, komunitas Kristen serta perguruan tinggi terhadap koping stres mahasiswa dalam menghadapi berbagai tekanan.

3. Penelitian ini juga menjadu masukan bagi pihak-pihak penting dalam kehidupan mahasiswa untuk mengembangkan strategi preventif dan kuratif tentang koping stres dalam kaitannya dengan minat sosial dan kelekatan dengan Tuhan.

Cakupan Penelitian

Terdapat berbagai faktor yang berperan terhadap koping stres, namun yang menjadi fokus utama dari penelitian ini adalah minat sosial dan kelekatan dengan Tuhan. Oleh karena itu, faktor-faktor di luar kedua variabel tersebut tidak diikutsertakan dalam analisis penelitian. Penelitian ini secara khusus ditujukan kepada mahasiswa Kristen yang berusia mulai dari 18 hingga 24 tahun. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional yaitu penelitian yang menyelidiki tingkat hubungan antara variabel dan bukan kausalitas variabel. Oleh karena itu, penelitian ini tidak membahas pengaruh dan sebab akibat antara variabel bebas dan variabel terikat.

Sistematika Penulisan

Penulisan tesis ini dibagi menjadi enam bab dengan sistematika sebagai berikut:

Bab pertama berisi pendahuluan yang membahas tentang latar belakang permasalahan, perumusan masalah, hipotesis penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, cakupan penelitian, dan sistematika penelitian.

Bab kedua berisi tinjauan kepustakaan ketiga variabel penelitian yaitu minat sosial, kelekatan dengan Tuhan, dan koping stres. Pembahasan dilanjutkan dengan

penjelasan hubungan antara minat sosial dengan koping stres dan hubungan antara kelekatan dengan Tuhan dengan koping stres.

Bab ketiga berisi tinjauan alkitabiah tentang konsep tekanan, bagaimana orang percaya menghadapi tekanan, dan teks Alkitab yang berkaitan dengan konsep tekanan, serta kesimpulan dari seluruh pembahasan.

Bab keempat berisi metodologi penelitian yang mencakup variabel penelitian, definisi konseptual dan operasional penelitian, alat ukur penelitian, teknik sampling, subjek penelitian, desain penelitian, prosedur penelitian, teknik analisis data, dan keterbatasan metodologi.

Bab kelima berisi hasil penelitian dan diskusi hasil penelitian.

Bab keenam berisi kesimpulan dan saran.

