



**QUALITY**  
**JOURNAL OF EMPIRICAL RESEARCH IN ISLAMIC EDUCATION**  
<https://journal.iainkudus.ac.id/index.php/Quality/index>  
P-ISSN 2355-0333; E-ISSN 2502-8324  
Vol. 10 No. 02 Tahun 2022 | 369 – 382  
10.21043/quality.v10i2.17021

## **Resiliensi dan Religiusitas Mahasiswa Prodi. Pendidikan Agama Islam Universitas Nahdlatul Ulama' Sunan Giri Bojonegoro di Masa Pandemi Covid-19**

**Khoirotus Silfiyah**

**Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri, Bojonegoro, Indonesia**

khoirotussilfiyah@unugiri.ac.id

**Roudlotun Ni'mah**

**Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri, Bojonegoro, Indonesia**

roudlotun7@gmail.com,

**Siti Khoiriyah**

**Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri, Bojonegoro, Indonesia**

khoi@unigiri.ac.id

### ***Abstract***

***Resilience and Religiosity of the Islamic Education Students of the Nahdlatul Ulama Sunan Giri University Bojonegoro during the Covid-19 Pandemic.*** The coronavirus disease (COVID-19) that emerged at the end of 2019 in Indonesia has had a negative impact on various aspects of human life including in the lives of students, including: the transition of the learning system from offline to online, restrictions on interaction between individuals, changes in rules in the implementation of religious practices and so on. In addition, the quality of students' faith and piety during the COVID-19 pandemic also needs to be maintained through deepening of religious teachings and practice in life, so that efforts to maintain mental health and body resilience are met, and spiritual needs or spirituality in worship and doing good deeds are also fulfilled, so that realize a calm, balanced life without excessive anxiety, fear and worry. This study uses qualitative research methods with analytical descriptive

*methods, in which the results of this study indicate that the formation of self-resilience in 6th semester PAI study program students is supported by several factors including high self-confidence, a healthy lifestyle, and good social skills and high religiosity is triggered by religious activities such as the implementation of the five daily prayers, the practice of Islamic sunnah such as reading the Qur'an, participating in virtual religious studies and maintaining friendship with religious leaders and the surrounding community.*

**Keywords:** *Islamic Education Students; Covid 19 Pandemic; Religiosity; Resilience.*

### **Abstrak**

Coronavirus Disease (COVID-19) yang muncul pada penghujung tahun 2019 di Indonesia telah memberikan dampak negatif pada berbagai aspek kehidupan manusia termasuk dalam kehidupan peserta didik. Di antaranya peralihan sistem pembelajaran dari *offline* ke *online*, pembatasan interaksi antar individu, perubahan aturan dalam pelaksanaan praktik keagamaan dan sebagainya. Selain itu, kualitas keimanan dan ketakwaan santri di masa pandemi COVID-19 juga perlu dijaga melalui pendalaman ajaran agama dan pengamalan dalam kehidupan, agar upaya menjaga kesehatan jiwa dan ketahanan tubuh terpenuhi, serta kebutuhan spiritual atau spiritualitas dalam beribadah dan beramal juga tercukupi, sehingga terwujud kehidupan yang tenang, seimbang tanpa rasa cemas, takut dan khawatir yang berlebihan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan metode deskriptif analitis, dimana hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terbentuknya kemandirian pada mahasiswa Prodi. PAI semester 6 didukung oleh beberapa faktor antara lain kepercayaan diri yang tinggi, pola hidup yang sehat, dan pola hidup yang baik. keterampilan sosial dan religiusitas yang tinggi dipicu oleh kegiatan keagamaan seperti pelaksanaan sholat lima waktu, praktik sunnah Islam seperti membaca al-Qur'an, mengikuti pengajian virtual dan menjaga silaturahmi dengan tokoh agama dan masyarakat sekitar.

**Kata Kunci:** Ketangguhan; Mahasiswa Pendidikan Agama Islam; Pandemi covid19; Religiusitas.

#### **A. Pendahuluan**

Virus corona atau *coronavirus disease* 2019 adalah wabah yang mulai menyebar di Indonesia sejak akhir tahun 2019 lalu hingga saat ini telah berdampak terhadap berbagai sektor dalam kehidupan manusia, seperti kesehatan, ekonomi, sosial budaya,

pendidikan dan lain sebagainya (Putri, 2020). Dalam aspek kesehatan, pandemi ini berpengaruh terhadap kondisi kesehatan manusia secara fisik maupun psikis. Secara fisik, penularan virus corona yang begitu masif dan luas menimbulkan banyak korban jiwa. Hingga hari ini sebanyak 176.531. 710 jiwa terindikasi positif covid-19 dengan kasus kematian sebanyak 3.826.181 jiwa (Adil et al., 2021). Hal ini menunjukkan bahwa virus ini sangat ganas dan mudah menyebar serta menginfeksi siapa saja tanpa memandang status sosial, umur, kondisi fisik, dan lain sebagainya.

Salah satu cara menekan transmisi covid-19 di kalangan mahasiswa ialah menerapkan metode pembelajaran jarak jauh (PJJ) atau bisa disebut pembelajaran daring. Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Mendikbud) Nadiem Makarim, juga telah mengeluarkan surat edaran yang menyatakan bahwa kegiatan sekolah termasuk perkuliahan di masa pandemi akan dilakukan secara online dari rumah/daring. Namun, bagi mahasiswa dari metode PJJ ini, ternyata menimbulkan masalah baru (Zaharah & Kirilova, 2020). Kuliah *online* memang tidak sesempurna perkuliahan di kelas secara langsung (Indrawati, 2020). Bagi dosen, dampak yang dirasakan dari sistem pembelajaran dari rumah/PPJ/pembelajaran daring yaitu keterbatasan alat/gawai, jaringan internet dan aplikasi/media pembelajaran, kesiapan dosen dan mahasiswa, interaksi antar mahasiswa yang kurang, tidak semua mahir menggunakan teknologi internet atau media sosial sebagai sarana pembelajaran, dan beberapa mahasiswa belum sepenuhnya mampu menggunakan perangkat atau fasilitas untuk menunjang kegiatan pembelajaran online, serta perlu pendampingan dan pelatihan terlebih dahulu. (Purwanto et al., 2020).

Selama masa pandemi, ketahanan dan kesehatan secara fisik maupun psikis menjadi hal yang penting bagi setiap individu untuk melewati masa-masa sulit ini dengan kondisi jiwa yang tenang tanpa panik dan takut. Ketahanan dalam diri individu ini berhubungan dengan aspek psikologis manusia yang disebut dengan resiliensi diri. Resiliensi diri merupakan kemampuan individu untuk dapat melewati masa-masa sulit yang dapat menghambat dirinya untuk berkembang (Budiyati & Oktavianto, 2020). Resiliensi diri berhubungan dengan cara individu dalam bertahan di kondisi darurat yang membutuhkan dorongan atau dukungan secara moril untuk melewati masa sulit tersebut. Dalam hal pandemi covid-19 ini, resiliensi diri menjadi hal yang amat penting untuk dimiliki oleh setiap individu. Resiliensi diri memiliki perannya dalam membantu penguatan diri secara psikologis agar dapat bertahan dan melewati masa pandemi ini dengan baik (Khoiri Oktavia & Muhopilah, 2021).

Proses pembelajaran *daring* tentunya tidak mudah dan banyak hambatan dan kendala, siap tidak siap, mau tidak mau, mampu tidak mampu, mahasiswa harus melaksanakan pembelajaran sebagaimana mestinya juga patuh akan kebijakan

pemerintah. Dalam kondisi yang serba sulit ini dibutuhkan resiliensi individu/ resiliensi diri. Resiliensi dapat digunakan untuk menghadapi situasi yang buruk, kondisi yang tidak menentu, dan tantangan perubahan kebiasaan baru yang drastis akibat pandemi covid-19 sehingga tidak menimbulkan masalah yang berujung negatif. Manusia yang lebih memiliki kemampuan untuk mengatasi kejadian ekstrem sedikit lebih rentan terhadap risiko. Semakin rentan sebuah sistem, maka semakin rendah kemampuan individu untuk beradaptasi dan membentuk perubahan. Individu yang memiliki resiliensi kuat akan bertahan selama masa pandemi ini.

Sikap resilien dan sifat resiliensi itu perlu diupayakan, sebab pada dasarnya manusia ini diciptakan lemah oleh Sang Maha Pencipta, namun Ia Sang Maha Pencipta tidak membiarkan kita manusia ini kesulitan, maka kita manusia diberi keringanan dalam menjalani takdirNya yang sarat dengan ujianNya, seperti firmanNya dalam Q.S. an Nisa' ayat 28 yang artinya: *“Allah hendak memberikan keringanan kepadamu, dan manusia dijadikan bersifat lemah”*

Berdasarkan ayat di atas, dapat dipahami bahwa tanpa keringanan dari-Nya, manusia tak mampu menghadapi ujianNya. Jadi, sifat resiliensi itu diperlukan dan Allah tak membiarkan manusia kesulitan kecuali dengan memberi keringanan. Keringanan ini berarti sebelumnya ada usaha dan upaya. Upaya resiliensi untuk tetap bertahan menjalani kehendak-Nya berupa ujian selama hidup di dunia secara lahir maupun batin atau nonfisik. Upaya yang harus dilakukan dengan sungguh-sungguh adalah upaya menghadapi wabah virus corona 2019 yang sudah menyebar di Indonesia.

Pandemi covid 19 ini menjadi stimulus agar manusia dapat beradaptasi dalam aktifitas yang mengharuskan berjarak. Peneliti melihat bahwa salah satu yang terkena dampak adalah mahasiswa. Mulai dari perkuliahan yang di alihkan secara daring, stress pada masa pandemi di karenakan menumpuknya tugas, kurangnya interaksi antara mahasiswa dengan mahasiswa dan mahasiswa dengan dosen. Kemudian muncul pertanyaan apakah pandemi covid 19 ini berdampak dengan resiliensi dan religiusitas mahasiswa. Bagaimana agama berperan dalam jiwa mahasiswa pada masa pandemi ini. Dengan demikian, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih dalam tentang bentuk resiliensi dan religiusitas mahasiswa prodi PAI di masa pandemi covid 19.

## **B. Pembahasan**

### **1. Metode**

Jenis penelitian ini menggunakan kualitatif dengan menggunakan metode deskriptif analitis, diharapkan penelitian ini dapat memberikan gambaran secara rinci dan sistematis mengenai resiliensi dan religiusitas mahasiswa prodi PAI semester 6 di

masa pandemi covid 19 ini. Dari 249 populasi, yaitu mahasiswa prodi PAI semester 6 Fakultas Tarbiyah Universitas Nahdlatul Ulama' Sunan Giri Bojonegoro. Peneliti mengambil sampel semester 6 karena mereka sudah melaksanakan pembelajaran tatap muka selama menempuh pembelajaran di kampus, tingkat adaptasi mereka tergolong perlu bimbingan dan kami sebagai peneliti mengajar dan mendampingi mereka pada mata pelajaran. Banyaknya sampel yang diambil dalam penelitian ini hanya 6 sampel. Alasan pengambilan sampel ini karena dengan jumlah enam sudah bisa mewakili untuk sampel penelitian. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu dengan mengambil *key informant* (informan kunci). Pengumpulan data dilakukan dengan menemui sumber data. Teknik pengumpulan data dengan observasi nonpartisipan, Yang kedua yaitu *in depth interview* dan dokumentasi. Sebanyak 6 mahasiswa merupakan subjek dalam penelitian untuk diwawancarai dengan pengambilan subjek yang berkualitas yaitu komisari tingkat. Alasan mengambil komisaris tingkat atau ketua kelas, dikarenakan pertama dilihat dari segi pemikirannya. Dengan publik terpercaya, artinya mahasiswa yang lain itu telah mempercayai bahwa dia adalah orang yang pandai memimpin dan bisa diandalkan, tentu tingkat pengetahuannya itu lebih tinggi dan lebih cerdas dibandingkan yang lainnya.

## 2. Konsep Resiliensi

Resiliensi berasal dari bahasa Latin *resilience* atau *resilire* yang memiliki arti memantul atau melompat. Resiliensi merupakan suatu istilah untuk menggambarkan kondisi psikologis individu dalam keadaan maupun situasi yang menekan. Artinya, kemampuan individu untuk dapat bangkit setelah mengalami kesulitan dalam menghadapi suatu masalah. Selanjutnya, Selanjutnya resiliensi menurut (Desmita 2009) adalah kemampuan atau kapasitas insani yang dimiliki seseorang, kelompok atau masyarakat yang memungkinkan untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan, atau bahkan merubah kondisi yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi. yang sangat dibutuhkan dalam setiap orang.

Menurut Desmita (2009) terdapat beberapa sumber yang dapat mempengaruhi terbentuknya sebuah resiliensi pada seseorang, yaitu sebagai berikut:

1. *I Have* (aku punya) , Faktor *I Have* merupakan dukungan eksternal dan sumber untuk meningkatkan resiliensi. *I have* merupakan sumber resiliensi yang berhubungan dengan pemaknaan remaja terhadap besarnya dukungan yang diberikan oleh lingkungan sosial terhadap dirinya. Sebelum individu menyadari akan siapa dirinya (*I Am*) atau apa yang bisa dilakukan (*I Can*), individu membutuhkan dukungan eksternal dan sumber daya untuk mengembangkan

perasaan keselamatan dan keamanan yang meletakkan fondasi, yaitu untuk mengembangkan resiliensi. Beberapa sumber yang menjadi landasan terbentuknya faktor *I Have* yaitu: Hubungan yang dilandasi oleh kepercayaan penuh, Struktur dan peraturan di rumah, Model-model peran, Dorongan untuk mandiri (otonomi), Akses terhadap layanan kesehatan, pendidikan, keamanan dan kesejahteraan.

2. *I Am* (ini Aku) merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan pribadi. Faktor *I Am* merupakan kekuatan yang berasal dari dalam diri individu. Hal ini meliputi perasaan, sikap, dan keyakinan di dalam diri individu. Beberapa hal yang dapat mempengaruhi terbentuknya faktor *I am* yaitu: Disayang dan disukai oleh banyak orang, Mencinta, empati dan kepedulian pada orang lain, Bangga dengan dirinya sendiri, Bertanggung jawab terhadap perilaku sendiri dan menerima konsekuensinya, Percaya diri, optimistic dan penuh harap.
3. *I Can* (aku dapat) merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan apa saja yang dapat dilakukan oleh remaja sehubungan dengan keterampilan-keterampilan sosial dan inter personal. *I can* adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk mengungkapkan perasaan dan pikiran dalam berkomunikasi dengan orang lain, memecahkan masalah dalam berbagai seting kehidupan (akademis, pekerjaan, pribadi dan sosial) dan mengatur tingkah laku, serta mendapatkan bantuan saat membutuhkannya. Beberapa hal yang perlu dikembangkan untuk menumbuhkan faktor *I Can* yaitu: Berkomunikasi, Memecahkan masalah, Mengelola perasaan dan impuls-impuls, Mengukur tempramen sendiri dan orang lain, Menjalin hubungan-hubungan yang saling mempercayai.

Penjelasan mengenai sumber yang dapat mempengaruhi resiliensi seseorang diatas dapat di tarik kesimpulan bahwasanya resiliensi pada seseorang bisa di bentuk melalui rasa *I Have* yang mana ia merasa mendapat dukungan eksternal dan sumber daya untuk mengembangkan perasaan keselamatan dan keamanan pada dirinya, kemudian melalui rasa *I am* yaitu kekuatan yang berasal dari dalam diri individu, selanjutnya bisa melalui ras *I Can* yaitu kemampuan yang dimiliki individu untuk mengungkapkan perasaan dan pikiran dalam berkomunikasi dengan orang lain, memecahkan masalah dalam berbagai seting kehidupan (akademis, pekerjaan, pribadi dan sosial) dan mengatur tingkah laku, serta mendapatkan bantuan saat membutuhkannya.

### 3. Konsep Religiusitas

Religiusitas berasal dari bahasa latin yaitu religi. Religi asalnya adalah *relegere* yang artinya mengumpulkan atau membaca. Sedangkan kata *religare* artinya mengikat. Agama berarti ikatan yang harus dipegang dan dipatuhi oleh semua manusia. Ikatan

yang dimaksud adalah kekuatan yang tinggi dari manusia sebagai kekuatan gaib yang tidak dapat ditangkap oleh panca indera, namun memiliki dampak yang sangat besar terhadap kelangsungan hidup manusia (dalam Jalaluddin, 2005).

Religiusitas mengacu pada tingkat keterikatan individu terhadap agamanya. Aktivitas dalam agama tidak hanya terjadi ketika individu melakukan ritual (ibadah), akan tetapi ketika melakukan segala kegiatan yang didorong oleh kekuatan supranatural. Selain itu, tidak hanya kegiatan yang tampak dan dapat dilihat oleh panca indera, namun kegiatan yang tidak tampak dan terjadi di dalam hati (Ghufron & Risnawita, 2011). Menurut Jalaluddin (2012) religiusitas memiliki beberapa fungsi yaitu fungsi edukatif, penyelamat, pengawasan social, pemupuk rasa solidaritas, transformative, kreatif serta sublimatif.

Terdapat lima dimensi religiusitas yang dikemukakan oleh Glock & Stark (dalam Ancok & Suroso, 2004) meliputi keyakinan, praktek agama, penghayatan, pengetahuan agama, serta pengalaman dan konsekuensi. Kelima dimensi merupakan satu kesatuan yang saling mempengaruhi satu sama lain dalam memahami religiusitas. Dalam hal ini peneliti menggunakan lima dimensi keagamaan tersebut sebagai pedoman dalam menganalisis religiusitas mahasiswa prodi PAI selama masa pandemi covid 19.

Religiusitas individu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat berasal dari dalam diri maupun luar diri individu. Menurut Thouless (Fitriani, 2016), faktor-faktor yang mempengaruhi religiusitas seseorang tersebut adalah: Pertama, Pengaruh Pendidikan dan Tekanan Sosial. Dalam hal ini, berbagai macam pengaruh sosial seperti pendidikan, tradisi dan tekanan sosial berpengaruh terhadap religiusitas dari individu tersebut. Kedua, Faktor Pengalaman, dalam hal ini dapat membentuk sikap keagamaan atau religiusitas dari individu. Pengalaman yang dimaksud yaitu berkenaan dengan keindahan, konflik dan pengalaman emosional dari ritual keagamaan. Melalui pengalaman spiritual tersebut, dapat berpengaruh terhadap perilaku individu dalam aspek religiusitasnya. Ketiga yaitu, Faktor Kebutuhan. Dalam faktor ini, kebutuhan individu dibagi menjadi 4 jenis yaitu kebutuhan akan kasih sayang dan rasa aman, kebutuhan cinta dan kasih sayang, kebutuhan akan harga diri, dan kebutuhan yang timbul karena ancaman kematian. Kelima yaitu, Faktor Intelektual, faktor ini berkenaan dengan proses penalaran dan rasionalisasi individu dalam menyikapi ajaran agama dan fenomena-fenomena yang terjadi di sekitarnya.

#### **4. Resiliensi dan Religiusitas Mahasiswa Prodi PAI di Masa Pandemi Covid 19**

Subjek yang menjadi informan dalam penelitian ini adalah INH, AC, SDN, HS, AS, dan MI. kelima subjek merupakan mahasiswa prodi PAI semester 6 Universitas

Nahdlatul Ulama' Sunan Giri Bojonegoro yang menjadi sampel terpilih sebagai *key informan* dalam pengumpulan data. Dari wawancara yang telah dilakukan, subjek penelitian memiliki tingkat kesulitan masing-masing dalam menuntaskan tugas, kegiatan dan tanggung jawab di masa pandemi ini.

Subjek pertama, kedua dan ketiga (INH, AC, SDN) mengungkapkan bahwa diawal pandemi mereka merasa sedikit cemas karena banyaknya pemberitaan yang mewartakan tentang kasus kematian yang disebabkan oleh covid 19. subjek pertama sempat merasa takut bukan karena tertularnya virus yang sangat masif, namun yang ia pikirkan adalah perubahan kegiatan yang semula *offline* menjadi *online* seperti sistem pembelajaran, tapi INH memiliki strategi dalam mengurangi rasa takut dengan tetap menjalankan aktifitas hariannya lebih hati-hati dari rumah dan membatasi mobilitas kegiatan di luar rumah.

AC sebagai subjek kedua juga menjelaskan bahwa kegiatan yang dilakukan mulai banyak berubah ketika pandemi datang, ia lebih banyak melakukan kegiatan dirumah seperti membantu ibunya yang mempunyai banyak pekerjaan domestik. Berbeda dengan subjek pertama dan kedua SDN sebagai subjek ketiga menjalani aktifitas di masa pandemi ini seperti biasa namun tetap kontrol diri dan membatasi interaksi. Mengurangi mobilitas sosial di masa pandemi covid 19 ini merupakan salah satu tips HS dalam menjalani hari-harinya. HS juga menjelaskan bahwa banyak menghabiskan waktu di rumah dengan mengerjakan tugas dan kewajiban serta mengikuti perlombaan-perlombaan *online* dari rumah. Senada dengan pendapat INH, AS dan MI sebagai subjek kelima dan keenam menceritakan bahwa mereka tetap menjalankan aktifitas dan bekerja sebagaimana biasanya sebelum ada kebijakan *lockdown* atau *stay from home*.

Sistem pembelajaran di masa pandemi yang semula *offline* berubah menjadi *online*. Pembelajaran jarak jauh PJJ perlu di tunjang dengan kompetensi dan kapasitas yang mendukung. 3 Subjek pertama dalam wawancara menjelaskan bahwa selama PJJ tidak mudah dan perlu adanya sosialisasi, adaptasi, dukungan moril dan energi positif dari diri sendiri agar mampu melewati segala kesulitan yang di hadapi di masa pandemi. Upaya yang mereka lakukan ketika menemui hambatan dalam PJJ yang disebabkan oleh signal/jaringan maka mereka akan pergi kerumah tetangga, mencari *wifi* di warung atau menumpang dirumah teman yang memiliki *wifi* agar tetap bisa mengikuti perkuliahan dengan baik. Sebagaimana yang di katakana oleh AS Jika memang segala upaya dan alternatif dalam mengatasi persoalan ketika perkuliahan secara *online* berlangsung sudah di lakukan olehnya namun belum juga menemukan titik temu dan jalan keluar maka ia terpaksa menghubungi ketua kelas dan dosen pengampu untuk izin belum bisa

mengikuti perkuliahan dan akan menyimak hasil *recording* perkuliahan melalui *ms teams*.

SDN mengungkapkan bahwa ia sempat merasa takut dan cemas pada 3 bulan pertama masa pandemi, tidak berani pergi ke pasar dan tempat keramaian karena khawatir tertular virus corona, Berbeda dengan SDN, INH dan AC tetap melakukan kegiatannya seperti mengajar TPQ, Membantu orangtua dan tetap pergi ke pasar namun dengan memakai masker, menjaga jarak dan membawa *hand sanitizer*. Selain SDN, beberapa subjek dalam wawancara ini mengaku bahwa mereka ada yang merasa cemas, takut bahkan ada yang sedikit stress dengan adanya wabah covid 19, hal-hal yang menjadi kekhawatiran mereka adalah tertularnya virus, bosan dengan aktifitas di rumah, tidak bisa pergi ke suatu tempat dengan bebas dan kesulitan dalam tansisi pembelajaran *online*.

Enam subjek dalam wawancara menceritakan bahwa masing-masing dari mereka memiliki inisiatif dan alternatif dalam menjaga kebugaran dan kesehatan fisik maupun psikis di masa pandemi ini seperti mengkonsumsi air putih yang banyak, memakan makanan yang bergizi dan tinggi protein, melakukan olahraga ringan, tidak diam tapi melakukan aktifitas atau bergerak. INH menjelaskan bahwa selain pola makan yang diatur, pola pikir juga turut di kontrol, yaitu dengan selalu berpikir positif dan optimis, hal ini senada dengan pendapat HS, MI dan SDN bahwa *positif thinking*, *husnuddzan* dan optimisme dalam menjalani aktifitas di masa pandemi ini bisa mengurangi rasa takut, rasa cemas dan rasa khawatir yang berlebihan. MI merupakan sbjek wawancara yang bekerja di bidang travel menceritakan bahwa dalam kontrol diri dan emosi di masa pandemi tentu tidak mudah, ada beberapa kesulitan yang sempat dilalui seperti sepiunya konsumen travel di masa pandemi dan minimnya pemasukan di masa pandemi sedangkan keperluan dan kebutuhan di masa pandemi seperti kebutuhan paket data internet, harus terpenuhi.

Selain menjaga daya tahan tubuh dan kesehatan mental di masa pandemi, INH dan SDN mengungkapkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara masa pandemi dan non pandemi, mereka senantiasa melakukan kegiatan keagamaan seperti mengaji kitab setelah magrib, membaca Al-Qur'an dan mengajar anak-anak taman pendidikan Qur'an atau TPQ di daerahnya dengan hati-hati, lalu kewajiban shalat lima waktu juga tetap di laksanakannya walaupun berjama'ah dirumah. Senada dengan ungkapan AC, HS dan AS bahwa mereka mengaku justru lebih sering membaca Al-Qur'an di masa pandemi ini, selain itu juga mengikuti kajian-kajian keagamaan secara virtual melalui *youtube* dan media sosial lainnya. Dalam hal ini AC, HS, AS dan MI mengaku bahwa masjid didaerahnya tetap melangsungkan shalat jama'ah (tidak ditutup), namun mereka memilih untuk shalat jama'ah dari rumah, kecuali dalam

pelaksanaan shalat jum'at, mereka berjamaah di masjid daerah masing-masing dengan tetap mematuhi protokol kesehatan seperti membawa *hand sanitizer*, memakai masker medis, melakukan shalat dengan *shaf* yang berjarak. Upaya lain yang dilakukan oleh 6 subjek wawancara dalam penelitian ini adalah dengan menjaga silaturahmi dengan tokoh agama di daerah masing-masing. Sebagaimana ungkapan SDN dan AC mereka tetap menjaga komunikasi baik selama pandemi covid baik secara virtual maupun ketika bertemu langsung di lingkungan masyarakat.

Resiliensi adalah kemampuan atau kapasitas insani yang dimiliki seseorang, kelompok atau masyarakat yang memungkinkan untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan, atau bahkan merubah kondisi yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi. yang sangat dibutuhkan dalam setiap orang. Mahasiswa prodi PAI semester 6 berupaya menyesuaikan diri dengan kondisi yang berubah, terutama tansisi sistem pembelajaran yang semula *offline* menjadi *online*, mereka mampu menerima, beradaptasi dan bersikap tenang dalam menjalaninya. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa prodi PAI semester 6 mampu kontrol diri dan emosi di masa pandemik covid 19.

Berdasarkan data yang dipaparkan di atas, subjek penelitian mempunyai kemampuan resiliensi yang cukup baik. Subjek mampu bersosialisasi, beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan rasa cemas dan rasa tidak nyaman yang terjadi dalam kehidupannya serta mampu mengendalikan emosi yang dialaminya. Selain hal tersebut, subjek juga mampu mengambil langkah dan alternatif serta solusi dalam menghadapi situasi sulit di masa pandemi covid 19.

Data wawancara tersebut juga menjelaskan faktor yang mendukung terbentuknya resiliensi diri pada 6 subjek penelitian adalah penjagaan pola hidup sehat dan pola pikir, seperti banyak mengonsumsi air putih, makan makanan yang bergizi, berolahraga, menjauhkan diri dari hal-hal yang negative, selalu *positif thinking* dalam menghadapi sesuatu, serta berjiwa optimisme dalam melalui situasi rumit di masa pandemi covid 19.

Hal demikian senada dengan konsep kedua (Desmita 2009) bahwa dalam pembentukan resiliensi diri harus memiliki rasa percaya diri tinggi terhadap diri sendiri dengan meyakinkan bahwa "inilah saya" (*I am*) yang merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan pribadi. Faktor I Am merupakan kekuatan yang berasal dari dalam diri individu. Hal ini meliputi perasaan, sikap, dan keyakinan di dalam diri individu. Jika individu memiliki keyakinan dengan menjaga pola makan, pola pikir dan

pola interaksi di masa pandemi covid 19 dengan baik maka ia percaya akan terhindar dari virus covid 19 dan bisa melakukan kegiatan harian dengan maksimal.

Mengurangi mobilitas kegiatan di luar rumah dan memperbanyak aktifitas yang bermanfaat di rumah merupakan salah satu alternatif yang dilakukan oleh subjek penelitian sehingga dari sini dapat ditarik satu hal yang menarik yakni semakin intensnya hubungan antar anggota keluarga, ini merupakan salah satu upaya untuk membentuk resiliensi diri melalui lingkungan yang mendukung untuk menghadapi situasi rumit pada masa pandemi covid 19 dengan tenang dan tetap optimis. Hal ini juga selaras dengan konsep Desmita bahwa dalam pembentukan resiliensi diri harus memiliki rasa “aku punya” (*I have*) merupakan sumber resiliensi yang berhubungan dengan pemaknaan remaja terhadap besarnya dukungan yang diberikan oleh lingkungan sosial terhadap dirinya.

Kapasitas diri dalam melakukan kegiatan dan aktifitas harian seperti kuliah secara *online* dengan berbagai macam kendala dan hambatannya di masa pandemi ini menggambarkan bahwa subjek penelitian juga memiliki resiliensi dalam mengembangkan kemampuan berfikir dan mencari solusi terhadap suatu permasalahan, sebagaimana konsep ketiga dalam pembentukan resiliensi yang dipaparkan oleh Desmita yaitu rasa percaya akan kemampuan diri sendiri “saya dapat” (*I can*) merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan apa saja yang dapat dilakukan oleh individu sehubungan dengan keterampilan-keterampilan sosial dan interpersonal untuk mengungkapkan perasaan dan pikiran dalam berkomunikasi dengan orang lain, memecahkan masalah dalam berbagai setting kehidupan (akademis, pekerjaan, pribadi dan sosial) dan mengatur tingkah laku, serta mendapatkan bantuan saat membutuhkannya.

Selain resiliensi diri, kualitas iman dan taqwa mahasiswa prodi PAI semester 6 tetap terjaga, bahkan lebih meningkat daripada sebelum pandemi covid 19. Pada hasil data yang telah dipaparkan terdapat beberapa faktor yang mendukung terbentuknya religiusitas pada 6 subjek penelitian diantaranya: kegiatan beribadah yang semakin *khusu* dilakukan dirumah, banyak mengisi waktu untuk membaca Al-Qur'an, mengikuti kajian keagamaan secara virtual, lebih banyak membantu kegiatan orangtua dan banyak berdoa di masa pandemic covid ini. Senada dengan lima dimensi religiusitas yang dikemukakan oleh Glock & Stark (dalam Ancok & Suroso, 2004) meliputi keyakinan, praktek agama, penghayatan, pengetahuan agama, serta pengalaman dan konsekuensi. Kelima dimensi merupakan satu kesatuan yang saling mempengaruhi satu sama lain dalam memahami religiusitas.

Religiusitas individu dapat dipengaruhi oleh 4 faktor yang dapat berasal dari dalam diri maupun luar diri individu. Menurut Thouless (Fitriani, 2016), faktor-faktor yang mempengaruhi religiusitas seseorang tersebut adalah: Pertama, Pengaruh Pendidikan dan Tekanan Sosial. Dalam hal ini, mahasiswa prodi pai semester 6 mampu mengimplementasikan konsep dan ilmu agama yang dimiliki dalam kehidupan sehari-hari. Kedua, Faktor Pengalaman, yaitu berkenaan dengan keindahan, konflik dan pengalaman emosional dari ritual keagamaan. Melalui pengalaman spiritual tersebut, dapat berpengaruh terhadap perilaku individu dalam aspek religiusitasnya. Ketiga yaitu, faktor kebutuhan. Dalam faktor ini, kebutuhan individu dibagi menjadi 4 jenis yaitu kebutuhan akan kasih sayang dan rasa aman, kebutuhan cinta dan kasih sayang, kebutuhan akan harga diri, dan kebutuhan yang timbul karena ancaman kematian. Keempat yaitu, faktor intelektual, faktor ini berkenaan dengan proses penalaran dan rasionalisasi individu dalam menyikapi ajaran agama dan fenomena-fenomena yang terjadi di sekitarnya.

Berdasarkan observasi yang sudah dilaksanakan, resiliensi diri mahasiswa prodi PAI semester 6 ini bisa terlihat dari sikap mahasiswa ketika perkuliahan berlangsung, seperti: Upaya mendapat sinyal/ jaringan yang stabil agar bisa mengikuti perkuliahan melalui *ms teams* dengan baik, mempersiapkan tugas/ makalah dengan maksimal dan mengirim makalah dalam bentuk *Microsoft word* pada H-1 sebelum waktu perkuliahan di WA Grup kelas untuk di riview bersama secara virtual dan sebagai bahan diskusi ketika perkuliahan berlangsung, mengajukan pertanyaan ketika ada materi yang belum difahami, mengupayakan komunikasi dengan baik walaupun melalui aplikasi *ms teams*. Selain dalam waktu perkuliahan, mahasiswa prodi PAI semester 6 juga mampu menerima kondisi dan perubahan di masa pandemi covid 19 ini dengan baik, di buktikan dengan kegiatan-kegiatan yang dilakukan dari rumah seperti membantu pekerjaan orang tua, olahraga, menjaga pola makan, pola fikir dan pola interaksi, serta tetap menjalankan kewajiban-kewajiban dengan baik dari rumah.

Sisi religiusitas mahasiswa prodi PAI semester 6 bisa diamati melalui kegiatan harian yang di lalainya selama pandemi covid 19 ini, seperti mengikuti perkuliahan dengan sabar, rajin dan pantang menyerah, menunaikan kewajiban sebagai umat muslim walupun kondisi sedang *lock down* atau harus *stay from home*, tetap melaksanakan kegiatan *sunnah* seperti membaca Al-Qur'an, *ngaji* kitab dan mengikuti kajian-kajian keagamaan secara virtual melalui media sosial atau aplikasi yang mendukung, serta menjaga *silaturahmi* dengan tokoh agama dan masyarakat sekitar dengan baik.

### C. Kesimpulan

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa dalam menghadapi situasi rumit di masa pandemi ini, mahasiswa prodi PAI semester 6 mampu mengembangkan resiliensi diri secara mandiri dengan aktifitas dan kegiatan yang di jalannya. Pendekatan yang digunakan oleh mayoritas mahasiswa prodi PAI semester 6 dalam pengembangan resiliensi diri di masa pandemi covid 19 ini adalah dengan menjaga pola makan, pola hidup sehat dan pola pikir. selanjutnya adanya dukungan sosial dan moril yang diberikan baik dari pihak keluarga, teman sejawat dalam meningkatkan resiliensi diri. Serta kemampuan *social skill* yang baik, maksudnya interaksi yang terjalin dengan baik antar anggota keluarga maupun lingkungan sekitar. Disamping itu terdapat beberapa upaya yang dilakukan oleh mahasiswa prodi PAI semester 6 dalam menjaga kualitas iman dan taqwanya serta meningkatkan religiusitas di masa pandemic covid 19 ini diantaranya dengan melaksanakan kewajiban shalat lima waktu di rumah, membaca Al-Qur'an, mengikuti kajian keagamaan secara virtual, dan menjaga komunikasi dengan tokoh agama dan masyarakat sekitar, serta kemauan/sensitivitas sosial yang mulai tumbuh untuk berbagi dan menyadari kondisi di masa pandemi covid 19 ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ariadi, P. (2019). Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam. *Syifa' MEDIKA: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 3(2), 118–127.
- Cresswell, John W. (2014). *Research Design; Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Mixed*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Firdausi, U. Z. N. (2021). Belajar Online Jangan Asal Belajar. In *Sebuah Buku Tentang Covid-19* (p. 254). Tidar Media.
- Fitriani, A. (2016). Peran Religiusitas dalam Meningkatkan Psychological Well-Being. *Al-Adyan Jurnal Studi Lintas Agama*, 11(1), 15.
- Ghufron, N & Risnawita, S. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media
- Glock, C., & Stark, R. (1965). *Religion and Society in Transition*, Chicago: Rand Mc. Nally
- Jannah, R. J., Jatimi, A., Azizah, M. J., Munir, Z., & Rahman, H. F. (2020). Kecemasan Pasien COVID-19: A Systematic Review. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 11(2), 36.
- Khoiri Oktavia, W., & Muhopilah, P. (2021). Model Konseptual Resiliensi di Masa Pandemi Covid-19: Pengaruh Religiusitas, Dukungan Sosial dan Spiritualitas. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 26(1), 13.
- Nugraheni, D., Maburri, M. I., & Stanislaus, S. (2018). Efektivitas Membaca Al-Qur'an Untuk Menurunkan Stres Akademik Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 1 Kebumen. *Intuisi JURNAL PSIKOLOGI ILMIAH*, 10(1).
- Suprpto, Savira Annisa Putri (2020). Pengaruh Religiusitas Terhadap Resiliensi Pada Santri Pondok Pesantren. *Jurnal Cognisia*. Vol.8, No. 1, 69-78
- Sukiyah, Nurussyahadah, Bahagia Bahagia, and Sutisna Sutisna. "Ketangguhan Mahasiswa Menghadapi Wabah COVID-19." *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan* 3, no. 4 (2021): 1480–1494.
- Umam, Rois Nafi'ul. "Aspek Religiusitas Dalam Pengembangan Resiliensi Diri Di Masa Pandemi Covid-19." *Kajian Sosial Keagamaan* 4, no. 2 (2021): 148–164.  
<https://journal.uinmataram.ac.id/index.php/sangkep/article/view/3558/1813>.