DAMPAK STRES PADA MAHASISWI HAMIL SEDANG MENYELESAIKAN STUDI DI SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM NEGERI GAJAH PUTIH KABUPATEN ACEH TENGAH

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

URWATUL WUSQA NIM. 140402128 Prodi Bimbingan Konseling Islam



PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY DARUSSALAM, BANDA ACEH 2020 M/1441 H

DAMPAK STRES PADA MAHASISWI HAMIL YANG SEDANG MENYELESAIKAN STUDI (Studi Di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah)

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana S-1 dalam Ilmu Dakwah Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam

Oleh

URWATUL WUSQA NIM. 140402128

Disetujui Oleh:

Pembimbing I,

Pembimbing II,

Drs. Arifin Zain, M.Ag.

NIP. 196812251994021001

Azhari, S.Sos., I.MA.

NIDN. 2013078902

SKRIPSI

Telah Dinilai oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry dan Dinyatakan Lulus serta Disahkan sebagai Tugas Akhir untuk Memperoleh Gelar Sarjana S-1 Ilmu Dakwah Prodi Bimbingan Konseling Islam

Diajukan Oleh:

URWATUL WUSQA NIM. 140402128

Pada Hari/Tanggal

25 Januari 2020

Selasa, 29 Jumadil Awal 1441 H

Di

Darusalam-Banda Aceh Panitia Sidang Munaqasyah

Ketua,

Sekretaris,

Drs. Arifin Zain, M.Ag. NIP. 196812251994021001

Xzhari, S.Sost, I.M. NIDN. 2013078902

Anggota I,

Anggota II,

<u>Jarmawi, M.Pd.</u> NIP. 197501212006041003

Syaiful Indra, M.Pd, Kons NIP. 199012152018011001

Mengetahui,

ekon Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry

Dix Kakhri, S.Sos.,MA/ NP 196411291998031001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya:

Nama

: Urwatul Wusqa

NIM

: 140402128

Jenjang

: Strata Satu (S-1)

Prodi

: Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memproleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka. Jika kemudian hari ada tuntunan dari pihak lain atas karya saya, dan memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam.

Banda Aceh, 13 Januari 2020 Yang menyatakan,

DOO BURUMAH

Urwatul Usqa

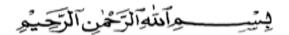
ABSTRAK

Stres dapat dialami oleh siapa saja dengan latar belakang yang berbeda-beda. Keadaan stres yang dialami berpengaruh bagi kesehatan fisik maupun psikis, termasuk keadaan stres yang dialami oleh wanita hamil. Penelitian ini secara khusus akan mengkaji dampak stres pada mahasiswi yang sedang hamil dalam menyelesaikan studi di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah. Berdasarkan data awal penelitian, ditemukan lima Mahasiswi yang sedang hamil di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah. Penelitian ini diarahkan untuk menganalisa stres yang dialami mahasiswi hamil dan dampaknya terhadap studi. Untuk menyelesaikan masalah di atas, maka dapat dirumuskan beberapa pertanyaan penelitian yang menjadi perhatian dalam skripsi ini, yaitu sebagai berikut: Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada mahasiswi hamil yang sedang melanjutkan studi di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah?, dan Bagaimana dampak stres bagi mahasiswi yang sedang hamil sedang menjalani kuliah di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah?. Penelitian ini merupakan bentuk penelitian lapangan (field research). Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dan analisis data penelitian ini dilakukan dengan metode *deskriptif-analisis*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat dua faktor umum yang mempengaruhi stres pada mahasiswi hamil yang sedang melanjutkan studi di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah. Pertama, faktor internal, yaitu faktor yang terdapat pada individu mahasiswi yang bersangkutan, seperti mudah cemas, takut, kondisi kesehatan menurun, serta kondisi emosional yang tidak stabil. Kedua, faktor eksternal berupa penyebab dari luar diri mahasiswi baik lingkungan kampus maupun keluarga. Terdapat empat dampak umum stres yang dialami oleh mahasiswi yang hamil sedang menjalani studi di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah. Pertama, mengalami keguguran. Kedua, jatuh sakit. Ketiga, susah tidur dan dampak ini dialami oleh semua mahsiswi hamil. Keempat, tidak tercapainya target perkuliahan.

بحا معية الوالوالية

ARIBANIES

KATA PENGANTAR



Dengan mengucapkan segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Skripsi yang berjudul "Dampak Stres Pada Mahasiswi Hamil Yang Sedang Menyelesaikan Studi (Studi Di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah)". Shalawat dan salam kepada junjungan kita Nabi Muhammad Saw. Serta para sahabat, tabi'in dan para ulama yang senantiasa berjalan dalam risalah-Nya, yang telah membimbing umat manusia dari alam kebodohan kepada alam pembaharuan yang penuh dengan ilmu pengetahuan.

Ucapan terimakasih penulis terutama untuk ibu dan almarhum ayah. Tanpa mereka, mungkin penulis tidak akan sampai dipenghujung ini, segenap do'a dan kasih sayang Ayah dan Ibu menjadi semangat dalam menjalani setiap kesulitan yang menerpa dan Penulis persembahkan gelar ini teruntuk Ayah dan Ibu. Terimakasih juga saya ucapkan kepasa suami yang selalu memberi dukungan dan semangat yang luar biasa hingga hari ini, yang selalu menyemangati saya agar dapat menyelesaikan sarjana strata satu serta ucapan terimakasih untuk seluruh keluarga besar yang tidak dapat disebutkan satu persatu, namun kehadiran mereka sangat berarti bagi Penulis.

Rasa hormat dan ucapan terimakasih yang tak terhingga penulis sampaikan kepada Bapak Drs. Arifin Zain, M.Ag, selaku pembimbing pertama dan Bapak Azhari, S.Sos., I. MA, selaku pembimbing kedua, di mana kedua beliau dengan

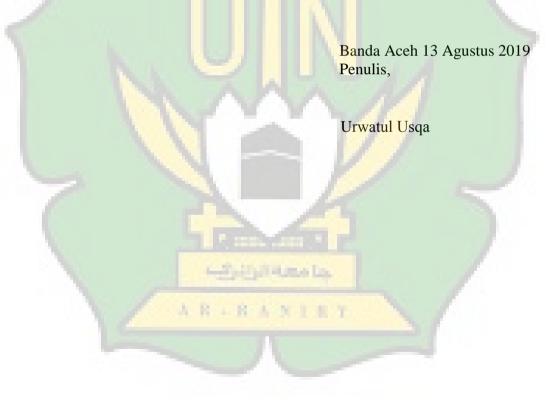
penuh ikhlas dan sungguh-sungguh telah memotivasi serta menyisihkan waktu serta pikiran untuk membimbing dan mengarahkan penulis dalam rangka penulisan karya ilmiah ini dari awal sampai dengan terselesainya penulisan skripsi ini. Terimakasih penulis sampaikan kepada Bapak Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Penasehat Akademik, serta seluruh Staf pengajar dan pegawai Fakultas Dakwah dan Komunikasi telah memberikan masukan dan bantuan yang sangat berharga bagi penulis sehingga penulis dengan semangat menyelesaikan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada Perpustakaan Fakultas Dakwah dan Komunikasi dan seluruh karyawan, kepala perpustakaan induk UIN Ar-Raniry dan seluruh karyawannya, Kepala Perpustakaan Wilayah serta Karyawan yang melayani serta memberikan pinjaman buku-buku yang menjadi bahan skripsi penulis. Dengan terselesainya Skripsi ini, tidak lupa penulis sampaikan ucapan terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam rangka penyempurnaan skripsi ini. Selanjutnya dengan segala kerendahan hati penulis sampaikan rasa terimakasih yang sebesarbesarnya kepada kedua orang tua penulis yang melahirkan, membesarkan, mendidik, dan membiayai sekolah penulis hingga ke jenjang perguruan tinggi dengan penuh kesabaran dan keikhlasan tanpa pamrih.

Terimakasih juga penulis ucapkan kepada kawan-kawan seperjuangan pada program Sarjana UIN Ar-Raniry khususnya buat teman-teman Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam yang saling menguatkan dan saling memotivasi selama perkuliahan hingga terselesainya kuliah dan karya ilmiah ini. Semoga

Allah Swt selalu melimpahkan rahmat dan karunia-Nya dengan balasan yang tiada tara kepada semua pihak yang telah membantu hingga terselesainya skripsi ini. Penulis hanya bisa mendoakan semoga amal ibadahnya diterima oleh Allah Swt sebagai amal yang mulia.

Akhirnya, penulis sangat menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih sangat banyak kekurangannya. Penulis berharap penulisan skripsi ini bermanfaat terutama bagi penulis sendiri dan juga kepada para pembaca semua. Maka kepada Allah jualah kita berserah diri dan meminta pertolongan, seraya memohon taufiq dan hidayah-Nya untuk kita semua. Amin Yarabbal Alamin.



DAFTAR ISI

		Halan	nan
LEMBA	RAN	JUDUL	i
		PENGESAHAN	ii
LEMBA	AR PE	RNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
			V
		ANTAR	vi
			ix
		MPIRAN	ix
BAB I	: PE	NDAHULUAN	1
	Α.	Latar Belakang Masalah	1
	В.	Rumusan Masalah	4
	C.	Tujuan Penelitian	5
	D.	Manfaat Pe <mark>ne</mark> litian	5
1000	E.	Kajian Pustaka	6
	F.	Definisi Operasional	10
	- •		
BAB II	: LA	NDASAN TEORITIS	12
	Α.	Terminologi Stres	12
	В.	Penyebab Terjadinya Stres	14
	C.	Upaya Mengatasi Dampak Stres	17
	D.	Dampak Stress	24
	E.	Keadaan Stres Bagi Wanita Hamil	25
		Treatment of the page of the p	
BAB III	: MI	ETODE PENELITIAN	29
2.12	Α.		29
	В.	Subjek dan Objek Penelitian	30
- 33	C.	Teknik Pengumpulan Data	31
	D.	Teknik Analisis Data	33
BAB IV	: HA	SIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
	A.	Gambaran Umum Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih	
		Kabupaten Aceh Tengah	35
	В.	Pembahasan	42
		1. Faktor-faktor Penyebab Stres bagi Mahasiswi Hamil	42
		2. Dampak Stres pada Mahasiswi di Sekolah Tinggi Islam	
		Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah	48
BAB V	: PE	NUTUP	52
		Kesimpulan	52
	B	Saran-Saran	53

DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN-LAMPIRAN	58
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	62



DAFTAR LAMPIRAN

- 1. Surat keputusan penunjukkan pembimbing.
- 2. Surat permohonan izin rekomendasi penelitian.
- 3. Dokumentasi Foto Wawancara.



BABI

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Stres merupakan istilah yang digunakan untuk memaknai satu kondisi psikologis seseorang yang tidak seimbang. Dengan kata lain, stres merupakan satu gangguan atau ketidakseimbangan mental yang disebabkan oleh faktor luar seperti kecemasan. Dengan demikian, stres dimaknai sebagai kondisi psikologis yang dialami seseorang berupa ketidakseimbangan mental, yang berakibat terhadap gangguan kognitif seperti sulit berfikir logis, afektif berupa sikap yang tidak bernilai baik, dan psikomotor berupa sulit berbicara dan bertindak.

Menurut Nasyadizi Nilamsar Noor, stres pada seseorang karena adanya tekanan hidup yang dirasakan terlalu sulit. Permulaan stres terjadi ketika seorang individu tidak mampu mengelola dan menetralisir tekanan yang ada. Ketidakmampuan ini nantinya akan menimbulkan rasa frustasi, gelisah, cemas, serta rasa bersalah.²

Dampak stres sangat beragam, bisa berupa akibat pada fisik seperti mudah terserang penyakit, lemas, dan lainnya. Stres juga berakibat pada psikis seperti takut, cemas, gelisah dan lainnya. Dampak lainnya dari stres yaitu kurang maksimal hasil kerja, sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dan menurut Umi Ardiningsih, seseorang yang menderita stres, selain terwujud dalam

¹ Tim Redaksi, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Pusat Bahasa Depdiknas, 2008), hlm. 1377.

² Nasyadizi Nilamsar Noor, dkk, "Pengaruh Stres Kerja dan Kepuasan Kerja terhadap Kinerja Karyawan: Studi pada Karyawan PT Jasaraharja (Persero) Cabang Jawa Timur di Surabaya". Jurnal: Administrasi Bisnis. 2016. Vol. 31. 1. hlm. 10.

berbagai macam penyakit, dapat pula terungkap melalui ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, sehingga menimbulkan kecemasan, depresi, dan gangguan psikosomatik. Dampak fisik dan psikis dari stres ini menimbulkan orang tidak dapat menjalankan fungsinya secara wajar, tidak mampu beradaptasi, berprestasi, dan sering menjadi masalah bagi lingkungannya (di rumah, tempat kerja serta lingkungan sosial lain).³

Di antara pihak-pihak yang lazim mengalami stres yaitu wanita hamil. Kehamilan merupakan suatu hal yang membahagiakan bagi wanita, sebab kelahiran anak menjadi momen yang ditunggu-tunggu oleh wanita hamil dan keluarganya. Di sisi lain, wanita yang sedang hamil justru sangat rentan mengalami stres. Keadaan stres pada wanita hamil berangkat dari perubahan hormon di tubuh, sehingga memicu perubahan keadaan psikologis wanita tersebut.

Keadaan stres pada wanita hamil tidak hanya disebabkan oleh perubahan hormon di dalam tubuh, tetapi bisa disebabkan oleh keadaan luar tubuh seperti kondisi lingkungan, tekanan pekerjaan, pendidikan, dan lain sebagainya. Kondisi stres pada wanita hamil berpengaruh terhadap sesuatu yang sedang dihadapinya, baik pekerjaan maupun pendidikan yang sedang dijalani, bahkan berpengaruh terhadap bayi yang sedang dikandungnya. Untuk itu, upaya yang mungkin dilakukan agar stres tidak berkelanjutan adalah relaksasi, dan selalu melihat batasan kemampuan yang dimiliki. Sehingga, keadaan psikologis yang tidak seimbang akibat stres dapat dikontrol dengan baik.

³ Umi Ardiningsih, "Stres: Dampak dan Upaya Penanggulangannya", Artikel. Diambil pada tanggal 9 Juli 2018, dari: https://pranaindonesia.wordpress.com/artikel-2/dampak-stres/.

Dapat dipahami bahwa stres dapat dialami oleh siapa saja dengan latar belakang yang berbeda-beda. Keadaan stres yang dialami berpengaruh bagi kesehatan fisik maupun psikis, termasuk keadaan stres yang dialami oleh wanita hamil. Ada yang memiliki stres dalam tahap-tahapan yang berbeda.

Menurut Rafy Sapuri keluhan-keluhan yang sering di alami oleh seseorang yang berada pada tahap stres antara lain, merasa letih sewaktu bangun pagi, merasa mudah lelah sesudah makan siang, sering mengeluh lambung atau perut tidak nyaman, detakan jantung lebih keras dari biasanya, otot-otot punggung dan tengkuk terasa tegang, dan tidak bisa santai, gangguan lambung dan usus semakin nyata, perasaan ketidaktenangan dan ketegangan emosional semakin meningkat, gangguang pada tidur (*insomnia*).⁴

Penelitian ini secara khusus akan mengkaji dampak stres pada mahasiswi yang sedang hamil dalam menyelesaikan studi di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah. Berdasarkan data awal penelitian, ditemukan lima Mahasiswi yang sedang hamil di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah. Penelitian ini diarahkan untuk menganalisa stres yang dialami mahasiswi hamil dan dampaknya terhadap studi. Ersa, salah satu responden menyebutkan bahwa ia sering mengalami cemas dan depresi. Kecemasan tersebut disebabkan oleh banyaknya tugas yang diberikan. Demikian juga keterangan dari Syarifah, bahwa ia mudah sekali lemah dan tidak konsentrasi dalam mengikuti mata kuliah, disebabkan karena sebelum hamil, sering

⁴ Rafy Safuri, *Psikologi Islam: Tuntutan Jiwa Manusia Modern*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2017), hlm. 422-423.

⁵ Hasil wawancara dengan Ersa, mahasiswi hamil di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah, tanggal 25 Agustus 2018.

mengalami sakit lambung dan mudah lelah ketika beraktivitas.⁶ Dua keterangan tersebut memberi pemahaman bahwa mahasiswi hamil mudah mengalami stres pada saat menyelesaikan studi.

Dari gambaran permasalahan yang telah dikemukakan, menarik untuk dikaji lebih lanjut, baik mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi stres, serta dampak positif dan negatif bagi mahasiswi hamil yang sedang melanjutkan kuliah. Untuk itu, penulis ingin meneliti permasalahan ini dengan judul: "Dampak Stres pada Mahasiswi Hamil yang Sedang Menyelesaikan Studi: Studi di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah".

B. Rumusan Masalah

Untuk menyelesaikan masalah di atas, maka dapat dirumuskan beberapa pertanyaan penelitian yang menjadi perhatian skripsi ini, yaitu:

- 1. Apa saja faktor-faktor yang menyebabkan stres pada mahasiswi hamil yang sedang melanjutkan studi di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah?
- 2. Bagaimana dampak stres bagi mahasiswi yang dalam hamil sedang menjalani kuliah di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah?

⁶ Hasil wawancara dengan Syarifah, mahasiswi hamil di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah, tanggal 27 Agustus 2018.

C. Tujuan Penelitian

Setiap penulisan karya ilmiah sudah tentu mengandung tujuan dari penulisan tersebut, demikian juga halnya dengan skripsi ini. Tujuan penulisan skripsi ini adalah:

- Untuk menemukan faktor-faktor yang menyebabkan stres pada mahasiswi hamil yang sedang studi di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah.
- 2. Untuk mengetahui dampak stres pada mahasiswi yang hamil sedang studi di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah.

D. Manfaat Penelitian

Terdapat dua manfaat dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

- 1. Secara praktis, diharapkan dalam seluruh tahapan penelitian serta hasil penelitian yang diperoleh dapat memperluas wawasan, sekaligus memperoleh pengetahuan empirik mengenai penerapan fungsi Ilmu pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang diperoleh selama mengikuti kegiatan perkuliahan. Bagi pihak-pihak yang berkepentingan dengan hasil penelitian, penulis berharap hasil penelitian dapat diterima sebagai kontribusi untuk meningkatkan pengetahuan mengenai beberapa dampak yang ditimbulkan dari stres yang dialami oleh mahasiswi hamil dalam melanjutkan kuliah.
- 2. Secara teori, diharapkan hasil penelitian dapat dijadikan rujukan bagi upaya pengembangan ilmu, dan berguna juga untuk menjadi referensi bagi mahasiswa yang melakukan kajian-kajian terkait dengan penelitian ini.

E. Kajian Pustaka

Penelitian tentang *Dampak Stres pada Mahasiswi Hamil* cukup banyak dilakukan oleh peneli-peneliti sebelumnya. Namun demikian, dari beberapa kajian terdahulu belum ada peneliti yang secara khusus menelaah persoalan *di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah*. Adapun di antara penelitian yang relevan dengan skripsi ini adalah:

- 1. Skripsi yang ditulis oleh Dhea Eka Dewanti, mahasiswi Program Studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta, tahun 2016 dengan judul: "Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Bidikmisi dan Non Bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta". Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat stres akademik pada mahasiswa bidikmisi dan non bidikmisi. Hasil penelitian berarti tingkat stres kedua kelompok pada tingkat yang sama yaitu tingkat sedang. Hal ini dimungkinkan dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor diantaranya adalah faktor stressor atau sumber stres akademik dari luar (eksternal) dan dari dalam (internal), respon stres akademik, dan kecakapan mengatasi masalah atau disebut coping stres dari setiap individu.
- 2. Skripsi yang ditulis oleh Yaswinto, Mahasiswa Jurusan Tasawuf Dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin, Adab Dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Tulungagung pada Tahun 2015, dengan Judul: "Perbedaan Coping Stress Pada Mabasiswa Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwab Iain Tulungagung Dalam Menyusun Skripsi". Hasil dari penelitian ini

menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat stres dan *coping* stres yang signifikan antara mahasiswa satu dengan mahasiswa lainnya yang berbeda jurusan dalam satu lingkup Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah. Hasil hitung menunjukkan pada taraf signifikansi 5% ternyata lebih besar yaitu 0.094 > 0.05. Sementara untuk *coping* stres hasilnya 0.897 > 0.05 untuk *emotional focused coping* dan 0.815 untuk *problem focused coping*. Sehingga dapat dikatakan H0 diterima atau dengan kata lain ada perbedaan *coping* stres pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah di tiap-tiap jurusan dalam menyusun skripsi.

Tahun 2018, dalam jurnal "Jurnal Studia Insania, Vol. 6, No. 1, Mei 2018", dengan judul: "Pelatihan Pemaknaan dan Pembacaan Ayat-ayat Alquran Untuk Menurunkan Tingkat Stres Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi". Hasil penelitian menggunakan uji beda pada kelompok eksperimen menggunakan paired samples t-test didapat nilai p = 0,035, p <0,05 artinya ada perbedaan skor antara pretest dan posstest. Sedangkan pada kelompok kontrol didapat nilai p =0,849, p <0,05 artinya tidak ada perbedaan skor antara pretest dan posstest. Berdasarkan hasil analisis uji beda dengan menggunakan independent samples t-test didapat nilai p 0,000 yang lebih kecil dari 0,01, artinya ada perbedaan tingkat stres yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil itu menunjukkan bahwa pelatihan pemaknaan dan pembacaan ayat-ayat Alquran dapat menurunkan

- tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di program studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.
- Ari Prasetyo dan Febriana Wurjaningrum, Staf Pengajar Fakultas Ekonomi 4. Universitas Airlangga, dengan judul: "Pengaruh Stres terhadap Komitmen Mahasiswa-Mahasiswa Universitas Airlangga untuk Menyelesaikan Pendidikan Mereka dengan Faktor Kecemasan sebagai Variabel Moderator". Dimuat dalam Jurnal: Majalah Ekonomi. Tahun XVIII, No. 3 Desember 2008. Hasil pnelitiannya menunjukkan bahwa secara bersama-sama, faktorfaktor stres yang terdiri dari role conflict, role ambiguity, role overload dan berpengaruh terhadap komitmen mahasiswa time pressure untuk menyelesaikan studi, dimana nilai F hitung= 33,880 dengan tingkat signifikansi 0,000. Nilai determinasi berganda (R) antara variabel-variabel tersebut hanya sebesar 0,313 atau 31,3% sedangkan sisanya sebesar 68,7% dipengaruhi oleh variabel-variabel lain (di luar model penelitian ini). Secara parsial, variabel role conflict, role ambiguity dan time pressure mempunyai pengaruh dominan atau signifikan secara parsial pada komitmen mahasiswa untuk menyelesaikan studi, yaitu nilai signifikannya kurang dari 0,05. Sedangkan role overload tidak mempunyai pengaruh dominan atau signifikan secara parsial terhadap komitmen mahasiswa untuk menyelesaikan studi. Dengan menggunakan tingkat kecemasan sebagai variabel moderator, secara bersama-sama faktor-faktor stres yang terdiri dari role conflict, role ambiguity, role overload dan time pressure berpengaruh terhadap komitmen mahasiswa untuk menyelesaikan studi, dimana nilai F hitung =

dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000. Nilai determinasi berganda (R) antara variabel-variabel tersebut hanya sebesar 0,253 atau 25,3% sedangkan sisanya sebesar 74,7% dipengaruhi oleh variabel-variabel lain (di luar model penelitian ini). Secara parsial, hanya variabel *role ambiguity* dan *role overload* mempunyai pengaruh dominan atau signifikan terhadap komitmen mahas iswa untuk menyelesaikan studi, yaitu nilai signifikannya kurang dari 0,05. Sedangkan *role conflict* dan *time pressure* tidak mempunyai pengaruh dominan atau signifikan secara parsial terhadap komitmen mahasiswa untuk menyelesaikan studi. Jadi, tingkat kecemasan sebagai variabel moderator tidak mampu meningkatkan pengaruh faktor stres terhadap komitmen mahasiswa Universitas Airlangga yang menjadi responden pada penelitian ini untuk menyelesaikan studi.

Setelah dilakukan penelususran terhadap kajian-kajian terdahulu, terdapat perbedaan mendasar dengan kajian skripsi penelitian penulis yang lebih fokus terhadap *Pengaruh Tingkat Stres pada Mahasiswi Hamil yang Sedang Menyelesaikan Studi di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah* yang akan dilakukan dengan metode kajian kualitatif, yaitu melakukan wawancara dilapangan kemudian hasil wawsancara akan dianalisa. Kajian kasus-kasusnya akan difokuskan khusus pada Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah dan secara menelaah persoalan yang diangkat dalam skripsi ini.

F. Definisi Operasinal

Definisi operasional atau penjelasan istilah dikemukakan dengan tujuan dan maksud untuk menghindari kekeliruan dan kesalahan dalam memahami definisi operasional yang terdapat dalam judul skripsi ini, yaitu:

1. Dampak Stres

Dalam Kamus Bahasa Indonesia, dampak memiliki arti sebagai daya yang ditimbulkan dari sesuatu sehingga membentuk kondisi watak seseorang atau kondisi benda tertentu. Dampak juga juga berarti perngaruh yang ditimbulkan dari sesuatu.⁷ Adapun "stres" berarti satu gangguan atau kekacauan mental dan emosional yang disebabkan oleh faktor luar seperti ketegangan.⁸ Jadi, dampak stres merupakan sesuatu yang dapat menimbulkan gangguan pada seseorang baik dari segi psikis maupun fisiknya.

2. Mahasiswa Hamil

Kata hamil berasal dari bahasa Arab, yaitu *hāmil*, yang merupakan isim fā'il (subjek) dari kata *ḥamala*, artinya sangat beragam, yakni membawa, memikul, menghafal, melahirkan, menyerang, mempersama-kan, berbuah, dan hamil atau mengandung. Dalam pengertian ini, hāmil diartikan sebagai al-hublā yaitu hamil atau wanita yang sedang mengandung bayi.⁹

Kata *ḥāmil* kemudian diserap ke dalam bahasa Indonesia, yaitu hamil dengan makna mengandung janin dalam rahim wanita hasil pembuahan

⁷ Tim Redaksi, *Kamus Bahasa...*, hlm. 1377. ⁸ Tim Redaksi, *Kamus Bahasa...*, hlm. 1124.

⁹ Achmad Warson Munawwir dan Muhammad Fairuz, al-Munawwir: Kamus Indonesia Arab, (Surabaya: Pustaka Progresif, 2007), hlm. 297-298.

spermatozoa pada sel telur, atau hamil.¹⁰ Dengan demikian, hamil berarti keadaan seorang wanita yang sedang mengandung anak dan secara khusus, wanita yang dimaksudkan dalam penelitian ini yaitu mahasiswi yang sedang melanjutkan kuliah di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah.

3. Menyelesaikan Studi

Istilah "menyelesaikan studi" dalam pembahasan ini dimaksudkan sebagai proses penyelesaian studi pada mahasiswi-mahasiswi yang sedang hamil di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah. Penyelesaian proses studi ini baik berhubungan dengan pembuatan tugas akhir perguruan tinggi berupa skripsi, maupun proses penyelesaian studi pada tiap semesternya berupa pembuatan tugas-tugas akhir semester yang dibebankan kepada mahasiswi yang bersangkutan. Untuk itu, istilah menyelesaikan studi di sini tidak sebatas hanya proses akhir pembuatan skripsi, juga penyelesaian studi berupa pembuatan tugas-tugas perkuliahan akhir semester, seperti tugas final, makalah tambahan sebagai syarat final, dan tugas-tugas lainnya.

¹⁰ Tim Redaksi, *Kamus Bahasa...*, hlm. 506.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Terminologi Stres

Term stres merupakan unsur kata serapan bahasa asing, yaitu dari bahasa Inggris, kemudian diserap dan menjadi salah satu kata baku dan dipakai secara resmi. Secara bahasa, term stres berarti gangguan atau kekacauan mental dan emosional yang disebabkan oleh faktor luar, atau sering juga dimaknai dengan ketegangan. Kata stres yang digunakan dalam bahasa Indonesia pada asalnya adalah terjemahan dari *stress* (bahasa Inggris), yaitu kondisi mental dan kejiwaan yang resah, karena mendapat tekanan dari luar. Farida mengemukakan bahwa kata *stress* tersebut sendiri berasal dari bahasa latin, yaitu *strictus* yang berarti kesulitan, kesengsaraan, dan penderitaan. Konsep tentang stres selanjutnya mengalami perkembangan di Perancis dan Inggris yang dikenal sebagai *estresse*, konsep stres digunakan dalam ilmu fisiologi, kedokteran, psikologi, dan perilaku.

Mencermati makna etimologi di atas, dapat diketahui bahwa kata stres merupakan satu istilah yang digunakan untuk memaknai kondisi mental dan kejiwaan yang tidak seimbang, sehingga menimbulkan ketegangan, kecemasan, dan keresahan, disebabkan oleh hal-hal yang berada di luar diri seseorang. Untuk

¹ Tim Redaksi, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Pusat Bahasa Depdiknas, 2008), hlm. 1377: Lihat juga, Tim Pustaka Phoenix, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Pustaka Phoenix, 2009), hlm. 1088.

² John M. Echols dan Hassan Shadily, *Kamus Inggris Indonesia*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2000), hlm. 559: Makna tersebut juga dapat dilihat dalam, J.S. Badudu, *Kamus Kata-Kata Serapan Asing dalam Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Kompas Media Nusantara, 2007), hlm. 334.

³ Farida Aryani, *Stres Belajar Suatu Pendekatan dan Intervensi Konseling*, (Sulawasi Tengah: Edukasi Mitra Grafika, 2016), hlm. 9.

lebih jelas, dapat pula dikemukakan makna stres secara terminologi. Hal ini diungkap untuk memberi pemahaman secara jelas dan komprehensif tentang makna stres dari berbagai ahli.

Makna stres secara terminologi cukup banyak dan tersebar dalam berbagai literatur. Para ahli cenderung memahami stres dalam perspektif yang berbeda, sehingga menghasilkan banyak definisi. Hanya saja, di sini dikutip beberapa definisi yang dapat mewakili.

Menurut John dan kawan-kawan, kata stres secara sederhana dan populer dimaknai sebagai gambaran dari suatu perasaan, tegang, gelisah atau khawatir. Dalam makna yang lebih praktis, stres adalah sebuah respon, yaitu suatu respon adaptif, dimodirasi oleh perbedaan individu, yang merupakan konsekuensi dari setiap tindakan, situasi, atau peristiwa yang memberikan tuntutan khusus terhadap seseorang. Definisi ini cenderung sama seperti dikemukakan Hans Selye, seorang ilmuan dari Kanada, seperti dikutip oleh Soeharto, bahwa stres adalah respon yang tidak spesifik dari tubuh terhadap tuntutan yang diterimanya. Hal ini juga senada dengan yang dikemukakan oleh Gunawan, bahwa stres adalah respon tubuh yang dibutuhkan untuk beradaptasi atau penyesuaian terhadap pengaruh personal, sosial dan lingkungan, baik berupa pengaruh positif maupun pengaruh negatif. Pengertian stres dalam tiga rumusan tersebut cenderung diarahkan pada keadaan perasaan, boleh jadi gelisah, khawatir dan lainnya, sebabnya bisa karena tindakan

⁴ John M, Ivancevich, dkk., *Organizational Behavior and Management*, (Terj: Gina Gania), Edisi Ketujuh, (Jakarta: Erlangga, 2006), hlm. 295.

 $^{^{5}}$ Iman Soeharto, *Penyakit Jantung Koroner dan Serangan Jantung*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2004), hlm. 123.

⁶ Adi W. Gunawan, *The Miracle of Mindbody Medicine*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2012), hlm. 118.

yang dilakukan sendiri, atau situasi (personal, sosial lingkungan) di sekitar maupun peristiwa yang terjadi di luar diri.

Menurut Lazarus dan Folkman, dikutip oleh Dian Ibung, stres merupakan kondisi perasaan yang berakar dari ketidakseimbangan antara tuntutan dengan kemampuan, sehingga menyebabkan pada perubahan kondisi mental dari normal ke kondisi tidak normal, seperti cemas karena mendapat tekanan, khawatir dan lainnya. Dalam kutipan yang sama, A. Baum menyebutkan stres sebagai pengalaman psikis (emosi) yang tidak menyenangkan yang diikuti perubahan fisik, kognisi, dan tingkah laku.

Dari beberapa definisi di atas, dapat dipahami bahwa stres diarahkan pada kondisi perasaan dan mental seseorang karena adanya respon yang diperoleh dari luar dirinya, baik respon terhadap peristiwa, situasi dan hal-hal lain yang mengarah pada ketimpangan antara tuntutan, kemampuan dan kenyataan. Jadi, stres adalah kondisi mental yang tidak normal, berupa tekanan sebab adanya respon negatif yang berasal dari luar diri seseorang, sehingga mengakibatkan rasa cemas, khawatir, dan lainnya.

B. Penyebab Terjadinya Stres

Stres tidak hadir kecuali adanya penyebab yang melatarinya. Sesuatu yang merupakan akibat dari stres memiliki penyebab atau yang disebut *stressor*, begitu pula dengan stres, seseorang bisa terkena stres karena menemui banyak masalah

⁷ Dian Ibung, *Panduan Praktis bagi Orang Tua dalam Memahami dan Mendampingi Anak: Stres pada Anak Usia 6-12 Tahun*, (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2008), hlm. x.

dalam kehidupannya. Stres secara umum dipicu oleh *stressor* atau tekanan yang berasal dari berbagai sumber, yaitu:⁸

1. Lingkungan.

Lingkungan merupakan faktor dan penyebab utama yang dapat mengubah kondisi, watak, perasaan, serta keadaan kejiwaan termasuk stres bagi setiap individu. Lingkungan juga dapat menjadi *stressor* atau tekanan bagi seseorang sehingga timbul stres. *Stressor* lingkungan di sini ada dua bentuk, yaitu:

- a. Sikap lingkungan. Umum diketahui bahwa lingkungan memiliki nilai negatif dan positif terhadap perilaku masing-masing individu sesuai pemahaman kelompok dalam masyarakat. Tuntutan inilah yang dapat membuat individu harus selalu berlaku positif sesuai dengan pandangan masyarakat di lingkungan tersebut.
- b. Tuntutan dan sikap keluarga, contohnya seperti tuntutan yang sesuai dengan keinginan orang tua untuk memilih jurusan saat akan kuliah, perjodohan dan lain-lain yang bertolak belakang dengan keinginannya dan menimbulkan tekanan pada individu tersebut.
- c. Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK), tuntutan untuk selalu *update* terhadap perkembangan zaman membuat sebagian individu berlomba untuk menjadi yang pertama tahu tentang hal-hal yang baru, tuntutan tersebut juga terjadi karena rasa malu yang tinggi jika disebut *gaptek*.

⁸ Musradinur, *Tres dan Cara Mengatasinya dalam Perspektif Psikologi*. Jurnal: "Edukasi". Volume 2, Nomor 2, (July 2016), hlm. 193-196.

2. Diri sendiri

Penyebab stres juga tidak jarang ditimbulkan dari kepribadian seseorang, atau disebut juga dengan faktor internal diri sendiri. Kepribadian seseorang akan mempengaruhi timbul berbagai bentuk kondisi kejiwaan. Hal ini sejalan dengan pendapat Mar'at. Faktor kepribadian atau diri sendiri yang dimaksud di sini diarahkan pada karakter atau akhlak seseorang. Sebab, kepribadian berhubungan erat dengan akhlak dan perilaku. Hanya saja, akhlak bersifat nyata karena termanifestasi dengan perbuatan. Hal ini semakna dengan yang ulas oleh M. Quraish Shihab, bahwa akhlak dalam konteks pandangan ulama merupakan sifat dasar yang telah terpendam di dalam diri dan tampak keluar ke permukaan melalui kehendak atau kelakuan dan terlaksana tanpa keterpaksaan oleh satu dan lain sebab.

Faktor internal kepribadian atau diri sendiri dapat dilihat dalam dua poin, yaitu:

a. Kebutuhan psikologis yaitu tuntutan terhadap keinginan yang ingin dicapai.

¹⁰ Abu Ammar dan Abu Fatiah al-Adnani, *Mizan al-Muslim: Berometer Menuju Muslim Kaffah*, (Solo: Cordova Mediatama, 2009), hlm. 424:

⁹ Mar'at, *Sikap Manusia Perubahan Serta Pengukuran*. (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1981), hlm. 122.

¹¹ M. Quraish Shihab, *Yang Hilang dari Kitab Akhlak*, (Tangerang: Lentera Hati, 2016), hlm. 4.

¹² M. Quraish Shihab, Yang Hilang..., hlm. 4.

b. Proses internalisasi diri adalah tuntutan individu untuk terusmenerus menyerap sesuatu yang diinginkan sesuai dengan perkembangan.

3. Pikiran

Pikiran juga menjadi pemicu utama timbulnya stres pada diri seorang individu. Setidaknya, ada dua poin yang berkaitan dengan sebab ini, yaitu:

- a. Berkaitan dengan penilaian individu terhadap lingkungan dan pengaruhnya pada diri dan persepsinya terhadap lingkungan.
- b. Berkaitan dengan cara penilaian diri tentang cara penyesuaian yang biasa dilakukan oleh individu yang bersangkutan.¹³

Berdasarkan uraian tersebut di atas, dapat diketahui bahwa penyebab-penyebab stres tersebut tentu tidak akan langsung membuat sesorang menjadi stres. Hal tersebut dikarenakan setiap orang berbeda dalam menyikapi setiap masalah yang dihadapi, selain itu *stressor* yang menjadi penyebab juga dapat mempengaruhi stres. Hanya saja, beberapa poin di atas menjadi gambaran umum yang biasa menjadi penyebab timbulnya stres.

C. Upaya Mengatasi dan Mengelola Stres

Wallace sebagaimana dikutip Susatyo Yuwono, berpandangan bahwa minimal ada empat cara dan upaya mengatasi atau mengelola stres, yaitu *cognitive restructuring* (mengubah cara berpikir), *journal writing* (menuangkan apa yang dirasakan dan dipikirkan dalam jurnal atau gambar), *time management* (mengatur

¹³ Musradinur, *Tres dan Cara...*, hlm. 193-196.

waktu secara efektif), dan *relaxation technique* (mengembalikan kondisi tubuh pada homeostatis, yaitu kondisi tenang). Masing-masing dapat diuraikan dalam poin-poin berikut:¹⁴

- 1. *Cognitive restructuring*, yaitu dengan mengubah cara berpikir negatif menjadi positif. Hal ini dapat dilakukan melalui pembiasaan dan pelatihan.
- 2. Journal writing, yaitu menuangkan apa yang dirasakan dan dipikirkan dalam jurnal atau gambar. Jurnal dapat ditulis secara periodik tiga kali seminggu, dengan durasi waktu 20 menit dalam situasi yang memungkinkan penuangan secara optimal (suasana tenang, tidak diinterupsi kegiatan lain). Setelah menggambar dan menulis jurnal, individu dapat melihat kembali apa yang telah dilakukan dan dapat belajar mengantisipasi dengan strategi yang tepat. Gambar dapat menjadi ekspresi perasaan diri yang tidak mampu diutarakan dalam tulisan, dan setelah menggambar dapat dirasakan kelegaan perasaan. Psikolog juga dapat membantu individu dalam menemukan solusi yang tepat melalui jurnal dan gambar ini.
- 3. *Time management*, yaitu mengatur waktu secara efektif untuk mengurangi stres akibat tekanan waktu. Ada waktu dimana individu melakukan teknik relaksasi dan sharing secara efektif dengan psikolog dalam membentuk kepribadian yang kuat.
- 4. *Relaxation technique*, yaitu mengembalikan kondisi tubuh pada homeostatis, yaitu kondisi tenang sebelum ada *stressor*, atau sebelum terjadinya

¹⁴ Susatyo Yuwono, "Mengelola Stres dalam Perspektif Islam dan Psikologi". *Jurnal:* "Psycho Idea". Juli 2010. Vol. 8. 2. hlm. 20.

keadaan stres. Ada beberapa teknik relaksasi, antara lain yaitu yoga, meditasi dan bernapas *diphragmatic*. 15

Berdasarkan poin-poin di atas, dapat diketahui bahwa upaya mengelola stres dapat dilakukan dengan beberapa upaya, bisa dengan mengubah cara pandang yang sebelumnya negatif menjadi positif atau disebut juga dengan cognitive restructuring. Dalam Islam, cara ini disebut dengan husnu al-zann "نَافَنُ", artinya berbaik sangka. Istilah "القَانُ" berarti tuduhan yang terjadi dalam hati tanpa adanya dalil. Atas dasar pola pikir, cara pandang, dan prasangka yang negatif memungkinkan seseorang akan mudah stres, sehingga dengan mengubah cara pandang tersebut menjadi sesuatu yang positif atau husnu al-zann, maka stres dapat teratasi dengan baik.

Perspektif Islam tentang upaya mengatasi dan mengelola stres bersumber dari keterangan dalil-dalil Al-Qur'an dan hadis. Ayat Al-Qur'an yang bicara soal upaya mengatasi dan mengelola stres relatif cukup banyak. Ada larangan agar tidak bersikap lemah juga bersedih. Hal ini selaras dengan ketentuan QS. Āli 'Imrān ayat 139 menyebutkan:

Artinya: Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.¹⁶

¹⁵ Susatyo Yuwono, "Mengelola Stres..., hlm. 20.

¹⁶Kementerian Agama, *Al-Qur'an dan Terjemahan*, (Jakarta: Kementerian Agama RI, 2011), hlm. 230.

Menurut al-Qurṭubī, ayat di atas pada asalnya bicara soal berjihad di jalan Allah Swt. Anjuran untuk tidak bersikap lemah diarahkan kepada para sahabat Nabi Muhammad saw., yang sedang melakukan jihad. Sementara itu, ayat tersebut juga berisi anjuran untuk tidak bersikap sedih terhadap musibah. Hanya saja, ayat ini juga cenderung berlaku dalam konteks yang umum, termasuk dalam konteks tidak bersikap lemah dan sedih dari stres.¹⁷

Perspektif Islam terkait upaya pengelolaan dan penanganan stres secara umum cukup banyak, hal ini ditegaskan dalam Al-Qur'an sebagai sumber ajaran Islam. Namun, upaya yang umum dapat dilakukan mencakup tiga kriteria, yaitu niat ikhlas, sabar dan shalat, bersyukur dan berserah diri, serta doa dan zikir. Masing-masing dapat diurai pada poin-poin berikut:

1. Niat Ikhlas

Menurut Huzaifah al-Mar'asyī, dikutip oleh Syarf al-Nawawī, ikhlas adalah kesamaan perbuatan hamba baik lahir maupun batin. ¹⁸ Menurut Raghib al-Aṣfahānī, ikhlas adalah menyingkirkan segala sesuatu dari selain Allah Swt. ¹⁹ Upaya yang dilakukan oleh individu senantiasa diliputi oleh bermacam motivasi. Motivasi inilah yang menentukan bagaimana upaya yang dilakukan dan bagaimana bila tujuan tidak tercapai. Islam sudah mengajarkan agar senantiasa berniat ikhlas dalam berusaha, dengan tujuan agar nilai usaha tinggi di mata Allah SWT dan dia mendapat

¹⁸ Syarf al-Nawawī, *al-Ażkar*, (Terj: M. Tarsi Hawi), (Bandung: al-Ma'arif, 1984), hlm. 15.

¹⁷ Susatyo Yuwono, "Mengelola Stres..., hlm. 20.

¹⁹ Rāghib al-Aṣfahānī, *Mufradāt al-Fāẓ al-Qur'ān*, (Damaskus: Dār al-Qalam, 2009), hlm. 293: Rumusan tersebut juga diulas oleh al-Asyqar. Lihat, Umar Sulaimān al-Asyqar, *al-Ikhlāṣ*, (Terj: Abad Badruzzaman), (Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2006), hlm. 25.

ketenangan apabila usaha tidak berhasil sesuai harapan. Ketenangan ini bersumber dari motif hanya karena Allah, bukan karena yang lain, sehingga kegagalan tidak berakhir pada stres yang tinggi, sebab kondisi ikhlas di sini akan selalu dikembalikan kepada Allah SWT. Hal ini sebagaimana disebutkan dalam QS. al-Tawbah ayat 91:

Artinya: Tiada dosa (lantaran tidak pergi berjihad) atas orang-orang yang lemah, orang-orang yang sakit dan atas orang-orang yang tidak memperoleh apa yang akan mereka nafkahkan, apabila mereka berlaku ikhlas kepada Allah dan Rasul-Nya. Tidak ada jalan sedikitpun untuk menyalahkan orang-orang yang berbuat baik. Dan Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.²⁰

2. Sabar dan Shalat

Istilah sabar berarti meneguhkan diri dalam menjalankan ketaatan kepada Allah Swt, menahannya dari perbuatan maksiat kepada Allah Swt., serta menjaga dari perasaan dan sikap amarah dalam menghadapi takdir Allah Swt.²¹ Menurut Ibn Qayyim, dikutip oleh Syarbini, sabar adalah menahan perasaan gelisah, putus asa dan amarah, menahan lidah dari mengeluh, dan menahan anggota tubuh dari menyakiti orang lain.²² Jadi, sabar dalam Islam adalah mampu berpegang teguh dan mengikuti ajaran agama untuk menghadapi atau menentang dorongan hawa nafsu. Orang yang sabar akan mampu mengambil keputusan dalam menghadapi *stressor*

 21 Muḥammad bin Ṣāliḥ al-'Usaimīn, Syarḥ Śalāsah al-Uṣūl, (Riyadh: Dār al-Śuryā li Nasyr, 2000), hlm. 24.

²⁰Kementerian Agama, Al-Our'an..., hlm. 384.

²² Amirulloh Syarbini dan Jumari Haryadi, *Dahsyatnya Sabar, Syukur, dan Ikhlas Muhammad Saw*, (Bandung: Ruang Kata, 2010), hlm. 4.

(tekanan yang biasanya mengarah pada timbulnya stres) yang ada. Sabar juga dipandang sebagai media untuk menggulangi tekanan (stressor) tidak berujung pada tingkat stres yang berlebihan.²³

Selain sabar, shalat juga bagian dari upaya mengelola stres yang relatif cukup baik. Melalui shalat, maka individu akan mampu merasakan betul kehadiran Allah Swt. Segala kepenatan fisik, masalah, beban pikiran, dan emosi yang tinggi akan dapat diatasi dan ditanggalkan ketika shalat secara khusyuk. Dengan demikian, shalat itu sendiri sudah menjadi obat bagi ketakutan yang muncul dari stressor yang dihadapi. Selain itu, shalat secara teratur dan khusyuk akan mendekatkan individu kepada penciptanya. 24 Hal ini akan menjembatani hubungan Allah Swt dengan individu sehingga Allah Swt tidak akan membiarkan individu tersebut sendirian. Hal ini sejalan dengan ketentuan QS. al-Baqarah ayat 153:

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.²⁵

3. Bersyukur dan Berserah Diri

Syukur merupakan perasaan gembira sekaligus terima kasih atas segala nikmat pemberian Allah Swt, apapun wujud nikmat tersebut.²⁶ Salah satu kunci dalam menghadapi stressor atau tekanan stres adalah

²⁴ Ibid.

²³ Susatyo Yuwono, "Mengelola Stres..., hlm. 23.

²⁵Kementerian Agama, *Al-Qur'an...*, hlm. 90.

²⁶ Syamsul Rijal Hamid, *Agama Islam*, (Jakarta: Bee Media Pustaka, 2017), hlm. 367.

dengan selalu bersyukur dan menerima segala pemberian Allah Swt. Dengan syukur dan berserah diri, cobaan yang muncul secara sendirinya akan dapat dihadapi dan timbul kekuatan psikologis yang besar untuk mampu menghadapi musibah itu.²⁷

Cara berpikir negatif yang menekankan kepada persepsi *stressor* sebagai sesuatu yang mengancam dan merugikan, perlu diubah menjadi berpikir positif yang menekankan kepada pengertian *stressor* sebagai sesuatu yang tidak perlu dicemaskan. Mensyukuri apa yang sudah diberikan dan selalu berserah diri akan menghindari diri dari perasaan yang sudah, khawatir, atau stres, hal ini sejalan dengan ketentuan QS. al-Baqarah ayat 156:

Artinya: (Yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: Innā lillāhi wa innā ilaihi rāji 'ūn.²⁸

Melihat uraian di atas, dapat diketahui bahwa upaya penanganan dan pengelolaan stres dalam perspektif psikologis dan Islam cenderung sama, hanya saja terdapat bagian-bagian tertentu, di mana upaya penanganan dan pengelolaan stres dalam Islam cenderung diarahkan pada ketentuan dalil Al-Qur'an, termasuk hadis Rasulullah khususnya tentang ikhlas, sabar, dan syukur atas semua bentuk peristiwa lingkungan yang menjadi *stressor*-nya.

²⁷ Susatyo Yuwono, "Mengelola Stres..., hlm. 23.

²⁸ Kementerian Agama, *Al-Qur'an...*, hlm. 92.

D. Dampak Stress

Adapun dampak stres Seorang wanita hamil berlebihan akan bisa menyebabkan terganggunya otak janin. Proses pembentukan otak janin bisa terganggu yang selanjutnya bisa mempengaruhi masalah pertumbuhan otak janin. Berkurangnya pasokan oksigen untuk janin. Sebuah studi yang dipublikasikan dalam jurnal Clinical Endocrinology menyebutkan, tingkat stres yang tinggi pada seorang ibu selama kehamilan dapat juga memengaruhi fungsi otak dan perilaku pada keturunannya. Selain itu, tekanan pada ibu selama hamil juga dapat memengaruhi perkembangan janin, termasuk menurunkan IQ-nya. Selain itu, termasuk menurunkan IQ-nya.

Pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan sangat tergantung pada kondisi kesehatan ibu. Kesehatan ibu yang terganggu akan berdampak bayi dengan berat badan lahir rendah. Setiap tahun, 15 juta bayi lahir prematur, menurut penelitian *World Health Organization* (WHO) mengestimasikan pada tahun 2003 insiden BBLR sebesar 10,5%, IUGR 19,8%, dan persalinan preterm 18,5% (WHO, 2017).³¹

Selain itu, Dampak stres yang berlebihan juga dapat menimbulkan hiperemesis gravidarum (mual muntah yang berlebihan), terjadi kenaikan tekanan darah atau keracunan kehamilan yang disebut pre-eklampsia atau berlanjut

²⁹https://www.google.co.id/search?q=dampak+stres+bagi+mahasiswi+hamil&safe=strict &hl=id&sxsrf=ALeKk03rve-vsA0OmG7HI-ffqALV4_kfnA:1597789733251&source=lnms&sa =X&ved=0ahUKEwj_pufL5qXrAhWw4HMBHYSiCO44ChD8BQgJKAA&biw=1366&bih=625 &dpr=1. Diakses pada tanggal 5 Juni 2020.

³⁰artikel "Studi: Stres Pada Ibu Hamil Bisa Pengaruhi Perkembangan Janin", https://tirto.id/eiLs. Diakses pada tanggal 5 Juni 2020.

³¹Fanny Jesica dan Andi Friadi, *Hubungan Kadar Kortisol Dan Prostaglandin Maternal Dengan Persalinan Preterm Dan Aterm, Mahasiswa* Prodi Magister Ilmu Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Padang Universitas Andalas Padang, dimuat dalam jurnal: "*Jurnal Ilmu Kepe- rawatan dan Kebidanan Vol.10 No.1 (2019)*". Diakses pada tanggal 5 Juni 2020.

menjadi eklampsia dan dapat mengancam jiwa dan meningkatkan angka kematian ibu.³²

E. Keadaan Stres Wanita Hamil

Umum dipahami bahwa kondisi ibu hamil agaknya relatif cukup rentan terjadi stres, hal ini dipengaruhi oleh perasaan-perasaan yang datang dari alam fikirannya, baik mengenai kondisi lingkungan, rumah tangga, bahkan keadaan dan kondisi anak yang dikandung.

Perbedaan keadaan mental wanita yang tidak hamil dengan wanita yang hamil cukup signifikan. Hal ini telah diketengahkan oleh banyak ahli, baik ahli Islam, psikologi, maupun ahli medis. M. Quraish Shihab, sebagai gambaran dari pandangan Islam menyebutkan bahwa calon ibu yang sedang mengandung anak (hamil) biasanya tidak sesibuk bapak. Janin yang menyertai ibu kerap sekali membawa pada pikiran ibu terhadap janin yang dikandungnya. Keadaan semacam ini telah diisyaratkan dalam Islam, melalui ketentuan QS. al-A'rāf ayat 189:34

هُوَ ٱلَّذِي خَلَقَكُم مِّن نَّف ۚ سَ وَٰحِدَة وَجَعَلَ مِن ۚ هَا زَو ۚ جَهَا لِيَس ۚ كُنَ إِلَى ۚ هَا ۖ فَلَمَّا تَغَشَّلُهَا حَمَلَت ۚ حَم ۚ لَا خَفِيفًا فَمَرَّت ۚ بِهِ ۖ فَلَمَّا ۚ أَث َقَلَت دَّعَوَا ٱللَّهَ رَبَّهُمَا لَئِن ۚ تَغَشَّلُهَا حَمَلَت أَث قَلَت دَّعَوَا ٱللَّهَ رَبَّهُمَا لَئِن ۚ وَاللَّهُ رَبَّهُمَا لَئِن ۚ وَاللَّهُ رَبَّهُمَا لَئِن ۚ وَاللَّهُ رَبِينَ.

Artinya: Dialah yang menciptakan kamu dari diri yang satu dan dari padanya Dia menciptakan isterinya, agar dia merasa senang kepadanya. Maka setelah dicampurinya, isterinya itu mengandung kandungan yang ringan, dan

³²Sri Mukhodim Faridah Hanum, *Dampak Psikologis Pada Kehamilan Remaja (Studi Ekplorasi Di Desa WatulisPrambon Sidoarjo)*, *Mahasiswa DIII Kebidanan Fikes Umsida*,dimuat dalam Jurnal "Midwiferia, Vol.1, No.2, Oktober 2015".

³³ M. Quraish Shihab, *Pengantin Al-Qur'an: Nasehat Perkawinan untuk Anak-Anakku*, (Tangerang: Lentera Hati, 2015), hlm. 192.

³⁴ Kementerian Agama, *Al-Qur'an...*, hlm. 299.

teruslah dia merasa ringan (beberapa waktu). Kemudian tatkala dia merasa berat, keduanya (suami-isteri) bermohon kepada Allah, Tuhannya seraya berkata: "Sesungguhnya jika Engkau memberi kami anak yang saleh, tentulah kami termasuk orang-orang yang bersyukur.

Poin inti dalam kaitan dengan kondisi stres ibu hamil dalam ayat di atas tergambar dalam kalimat: "نَالَمُا الْمُنْ اللَّهُ رَبُّما لَيْنَ عَاتِيْنًا صَلِيعًا لَّيْنَ عِنْ الشَّكِرِينَ". Kalimat tersebut bermakna: "Kemudian tatkala dia merasa berat, keduanya (suami-isteri) bermohon kepada Allah, Tuhannya seraya berkata: Sesungguhnya jika Engkau memberi kami anak yang saleh, tentulah kami termasuk orang-orang yang bersyukur".

Menurut Quraish Shihab, keterangan ayat di atas memberi informasi tentang sebagian dari pikiran ibu, gejolak hati, dan harapan menyangkut keadaan janin yang dikandungnya, yaitu harapan semoga sempurna fisik dan psikisnya. Wanita dalam masa kehamilan juga seringkali mengalami kondisi yang melahirkan fenomena-fenomena khusus, baik dari segi jasmani maupun mental. Rasa takut, cemas yang berlebihan sebagai pengejawantahan dari stres pada dasarnya lumrah dialami oleh wanita saat hamil. Hanya saja, semakin besar rasa takut maka semakin besar pula dampak negatifnya, terutama pada kesehatan anak yang dikandung, juga bagi kesehatan ibu yang mengandung. 35

Mengharapkan keturunan merupakan bagian dari insting mempertahankan jenis, dan hal ini sangat dianjurkan di dalam Islam. Demikian juga, mengharapkan keturunan yang saleh juga dianjurkan dalam Islam.³⁶

Mengutip pendapat Muhammad Taqi Faksafi, seorang ilmuan Islam, M. Quraish Shihab menyatakan:

³⁵ M. Quraish Shihab, *Pengantin Al-Qur'an...*, hlm. 194.

³⁶Muhammad Fariz Kasyidi, (), hlm. 65.

"Kondisi kejiwaan dan akhlak ibu pun memengaruhi jiwa anak dan jasmaninya. Bahkan anak lebih terpengaruh dari ibunya. Ibu yang mengalami rasa takut berlebihan pada masa kehamilan, dampak buruk yang dialami tidak terbatas pada warna kekuningan pada wajahnya, tetapi janin yang dikandungnya akan mengalami benturan krisi yang sangat berat". Dalam kutipan yang sama juga diulas: "Kegelisahan ibu dan keresahannya, kemarahan dan gejolak hatinya pesimisme dan kedengkiannya, iri hati dan egoismenya, khianat dan kedurhakannya, secara singkat semua sifat-sifat buruk seorang ibu, demikian juga sebaliknya, keimanan ibu dan takwanya, kesucian jiwa dan optimismenya, kejernihan hati dan kasih sayangnya, *muru'ah*, integritas pribadi, ketenangan jiwa dan pikirannya, keberanian dan ketegarannya, alhasil secara singkat, semua sifat-sifat seorang ibu, yang baik dan yang buruk, dapat memberi dampak pada perkembangan jiwa anak, yang menjadi dasar bagi kebahagiaan anak atau kesengsaraannya". 37

Jadi, Al-Qur'an sendiri telah memberi gambaran perasaan wanita ketika sedang mengandung. Hal ini boleh jadi karena besarnya tanggungan wanita secara khusus akan mengarahkan pada perasaan cemas, khawatir sebagai gejala dan dampak stres. Barangkali gejala dan dampak stres yang dialami ibu hamil relatif cukup tinggi dibandingkan dengan keadaan sebelum hamil.

Dalam tinjauan ilmu psikologis-medis, ibu hamil juga disinyalir akan mudah stres, cemas, was-was, mudah terpengaruh dengan *stressor* atau tegangan dan tekanan yang berasal dari luar dirinya, baik lingkungan masyarakat, keluarga, keuangan keluarga, bahkan tidak jarang pula kekhawatiran tersebut tertuju pada janin yang dikandung. Hal ini pernah disinggung oleh Prilia Detiana, di mana ibu hamil seringkali mengalami stres oleh masalah keuangan, hubungan dengan orang lain dan faktor lainnya. Menurut penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat, menunjukkan kondisi ibu hamil akan kuat pengaruhnya dan berdampak buruk pada bayi yang akan dilahirkan. Dr. Rosalind Wright, dari Harvard Medical

-

³⁷ M. Quraish Shihab, *Pengantin Al-Qur'an...*, hlm. 195-196.

School di Boston, menyimpulkan stres pada ibu hamil dapat berpengaruh pada pembangunan sistem kekebalan anak. Anak yang ibunya mengalami stres selama hamil akan mudah terkena alergi dan asma. 38

Keterangan tersebut di atas juga telah diulas oleh Ulfah Khaerani. Ia menyebutkan bahwa tubuh ibu hamil yang mengalami stres akan mengeluarkan hormon-hormon stres. Hormon stres tersebut kemudian masuk ke dalam pembuluh darah termasuk plasenta tempat di mana janin memperoleh makanan. Hal ini secara langsung dapat berpengaruh terhadap kesehatan janin.³⁹ Jadi, kondisi ibu hamil yang mengalami stres secara langsung bisa disebabkan karena lingkungan di sekitar, rasa khawatir atas janin yang dikandung secara berlebihan, serta kondisi keluarga. Hal ini tentu berpengaruh besar terhadap keadaan kesehatan ibu hamil terutama pada anak yang dikandung.

³⁸ Prilia Detiana, *Hamil Aman dan Nyaman di Atas 30 Tahun*, (Yogyakarta: Media Pressindo, 2010), hlm. 37.

³⁹ Ulfah Khaerani, *Bingkisan Cantik untuk Ibu Hamil*, (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2017), hlm. 24.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Dan Metode Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Menurut Sugiyono, penelitian kualitatif yaitu penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah. Dalam hal ini menjelaskan tentang dampak stres pada mahasiswi dan faktor-faktor penyebab stres bagi mahasiswi hamil di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah.

Pendekatan kualitatif adalah pendekatan penelitian yang mengadakan kekuatan pikiran yang mengguna hukum logika yang berlaku, seperti sebab akibat, jika maka, aksi reaksi, atau syarat persyaratan. Pendekatan kualitatif yaitu sebuah pendekatan untuk mendapatkan data yang mendalam, suatu data pasti yang merupakan suatu nilai dibalik data yang nampak.²

Jenis penelitian ini merupakan penelitian studi lapangan, yaitu studi yang mendalami hanya pada satu kelompok orang atau peristiwa. Teknik ini hanyalah sebuah deskripsi terhadap individu. Ada tiga langkah dasar dalam menggunakan studi kasus yaitu pengumpulan data, analisis, dan menulis.³

Sugiyono, Memahami Penelitian Kualitatif (Jakarta: Alfabeta, 2013), hlm. 1.

 $^{^2}$ Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D, (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm. 9.

³ Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Kencana, 2011), hlm. 132.

B. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah subjek yang dituju untuk diteliti oleh peneliti. Jika berbicara tentang subjek penelitian, sebetulnya berbicara tentang unit analisis, yaitu subjek atau pihak yang menjadi pusat perhatian atau sasaran peneliti. Di dalam sebuah penelitian, subjek penelitian merupakan sesuatu yang kedudukannya sangat sentral karena pada subjek penelitian itulah data dari variabel yang diteliti berada dan diamati oleh peneliti. Subjek penelitian adalah individu, benda, atau organisme yang dijadikan sumber informasi yang dibutuhkan dalam pengumpulan data penelitian. Pada penelitian kualitatif, responden atau subjek peneliti disebut dengan istilah informan, yaitu orang memberi informasi tentang data yang diinginkan peneliti.

Adapun yang menjadi subjek penelitian ini adalah mahasiswi Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah. Dalam menetukan subjek penelitian ini penulis mengambil orang-orang yang terpilih dan secara langsung terlibat dengan fokus penelitian, khususnya mahasiswi yang sedang hamil dan beberapa mahasiswi lain yang dipandang relevan, mengetahui pokok permasalahan, seperti pihak kampus Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah.

Adapun kriteria responden yang diwawacarai dengan populasi mahasiswi yang pernah hamil dan yang sedang hamil dalam kondisi sedang menyelesaikan

⁴ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 1998), hlm. 122.

⁵ Suharsimi Arikunto, *Manajemen Penelitian*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2005), hlm. 90.

skripsinya. Berhubung populasi ini terlalu luas dan tidak memungkinkan untuk didata secara keseluruhan, maka peneliti menentukan sampel semuanya sebanyak 8 orang mahasiswi yang melahirkan dan sedang hamil.

2. Objek Penelitian

Objek Penelitian adalah sifat keadaan (attributes) dari sesuatu benda, orang, atau keadaan, yang menjadi pusat perhatian atau sasaran penelitian. Sifat keadaan dimaksud bisa berupa sifat, kuantitas, dan kualitas (benda, orang, dan lembaga), bisa berupa perilaku, kegiatan, pendapat, pandangan penilaian, sikap pro-kontra atau simpati-antipati, keadaan batin, dan sebagainya. Terkait penelitian ini, maka yang menjadi objek penelitian ini adalah dampak stres yang dialaminya sebagai mahasiswi hamil yang sedang menyelesaikan kuliah. Jadi, objek penelitian ini lebih kepada sifat dan tingkah laku mahasiswi, khususnya terhadap hamil yang sedang menyelesaikan studinya.

C. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, digunakan beberapa tekni pengumpulan data, yaitu:

1. Observasi

Observasi merupakan suatu proses yang komplek, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologi dan psikologis.⁷ Observasi adalah suatu cara yang dilakukan melalui pengamatan langsung pada objek penelitian. Tujuan dari observasi adalah untuk melihat lebih jauh tentang dampak atau efek stres pada mahasiswi dan faktor-faktor penyebab stres,

⁶Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka pelajar, 1998), hlm. 35.

⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian...*, hlm. 145.

dalam hal ini yaitu mahasiswi hamil Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah.⁸ Jenis observasi yang digunakan adalah *participant observation*, yaitu observasi dengan mengamati dan terlibat langsung dalam mendalami permasalahan penelitian.

2. Wawancara

Wawancara adalah suatu bentuk komunikasi verbal, yaitu semacam percakapan yang bertujuan memperoleh informasi. Dalam wawancara pertanyaan dan jawaban diberikan secara verbal. Biasanya komunikasi ini dilakukan dalam keadaan saling berhadapan. ⁹ Teknik pengumpulan data melalui wawancara dapat dilakukan dengan tiga bentuk, yaitu: ¹⁰

- a. Wawancara terstruktur, yaitu wawancara yang dilakukan dalam pengumpulan data bila peneliti telah mengetahui dengan pasti tentang informasi yang akan diperoleh. Oleh karena itu dalam melakukan wawancara, peneliti telah menyiapkan pertanyaan-pertanyaan tertulis yang alternatif jawabannya pun telah disiapkan.
- b. Wawancara semi terstruktur, yaitu wawancara yang dalam pelaksanaanya lebih bebas bila dibandingkan dengan wawancara terstruktur.
- c. Wawancara tak terstruktur, yaitu wawancara bebas, dimana dalam melakukan wawancara tidak menggunakan pedoman wawancara yang

⁸ Observasi pada mahasiswi hamil di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah pada tanggal 1 Januari 2018.

⁹ Nasution, *Metode Research (Penelitian Ilmiah)*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2011), hlm.113.

¹⁰Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Alfabeta, 2013), hlm. 73-74.

telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya, pedoman wawancara yang digunakan hanya garis-garis besar permasalahan yang akan ditanyakan saja.¹¹

Terkait dengan wawancara yang digunakan adalah wawancara yang tidak berstruktur. Peneliti beranggapan bahwa bentuk yang ketiga ini mudah untuk dilakukan prosesnya dan berjalan secara alamiah. Dalam penelitian ini, dilakukan beberapa wawancara kepada responden.

D. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah dipahami. Analisis data penelitian ini dilakukan dengan metode *deskriptif-analisis*, yaitu mengemukakan dan menggambarkan temuantemuan penelitian, kemudian data tersebut akan dianalisis melalui teori-teori yang terdapat dalam berbagai literatur. 12

Setelah data terkumpul, dianalisis berdasarkan konseptual. Adapun analisis dilakukan sebagai berikut:

- 1. Pengumpulan data yang digali melalui wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi
- 2. Reduksi Data, yaitu data-data penelitian cukup banyak sehingga perlu dicatat secara teliti dan rinci. Proses reduksi data yaitu merangkum semua data yang telah dikumpulkan, dan mengumpulkan data-data yang bersifat

Tbia.

¹¹Ihid.

¹² Sugiyono, Metode Penelitian..., hlm. 244.

pokok, menfokuskan pada hal-hal yang penting, sehingga data tersebut memberi gambaran yang lebih jelas.

- 3. *Display* data, merupakan penyajian data. Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah menyajikan data. Penyajian data bisa dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, dan sejenisnya. Pada langkah ini, proses analisisnya lebih merincikan data-data yang telah direduksi dalam bentuk sistematika tertentu, sehingga data benar-benar telah tersaji secara akurat.
- 4. Kesimpulan/conlution atau verifikasi data, yaitu membuat satu kesimpulan atas apa yang ditemukan dari hasil penelitian. Dalam hal ini, kesimpulan yang dimaksud adalah berkaitan dengan jawaban dari rumusan masalah yang sebelumnya telah ditentukan oleh peneliti.

Adapun teknik penelitian dan penulisan hasil penelitian ini, penulis susun dalam bentuk laporan hasil penelitian ilmiah. Bentuk dan format penulisan skripsi berpedoman pada buku Panduan Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh Tahun 2013.

A R - R A N I II Y

¹³Kusmawati Hatta, Dkk, *Panduan Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi*, (Banda Aceh: Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, 2013)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah

1. Sejarah

Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Gajah Putih atau STAIN Gajah Putih yang beralamat di Jalan Yos Sudarso/A. Dimot No. 10 Takengon, merupakan lembaga pendidikan tinggi yang dialihkan dari Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) Gajah Putih Takengon yang sebelumnya bernama Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Gajah Putih Takengon. STIT Gajah Putih Takengon dulunya didirikan berdasarkan Surat Keputusan Bupati Aceh Tengah Nomor: 19/1984 tanggal 16 November 1984.

STAIN Gajah Putih Takengon Aceh Tengah awalnya berdiri beranjak dari keinginan berbagai komponen masyarakat dataran Tinggi Gayo bekerja sama dengan Pemerintah Daerah Kabupaten Aceh Tengah dalam meningkatan kualitas sumber daya manusia secara *kontinue*. Berangkat dari keinginan tersebut, Dewan Perwakilan Rakyat Daerah (DPRD) mengeluarkan Surat Keputusan (SK) Nomor: 421/4/06/1984 tanggal 28 Juli 1984 tentang Usulan Pembentukan Perguruan Tinggi Swasta. Menanggapi usulan tersebut, Bupati Aceh Tengah mengeluarkan Surat Keputuan Nomor: 19/1984.²

¹Kementerian Agama, *Profil STAIN Gajah Putih: Melangkah ke Depan*, (Takengon: STAIN Gajah Putih, 2017), hlm. 1.

²Diakses melalui: http://stain-gp.ac.id/pages/sejarah, tanggal 21 September 2019.

Eksistensi Yayasan Gajah Putih dikukuhkan dengan Akte Ny. Jahara Pohan, SH., dengan Nomor: 37 Tanggal 25 Pebruari 1986, dan direvisi kembali dengan Akte Husni Usman Husen, SH., Nomor 115 tanggal 24 Juli 1990. Sejak awal pembentukan, Pengurus Yayasan Gajah Putih telah melakukan beberapa terobosan yang berorientasi pada terwujudnya kualitas sumber daya manusia yang handal dan dinamis di dataran Tinggi Gayo dengan mendirikan beberapa Sekolah Tinggi dan Sekolah Menengah Atas (SMA) diantaranya Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Gajah Putih Takengon.³

Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) berada di bawah Yayasan Gajah Putih Takengon yang didirikan pada tahun 1986 dengan izin operasional Kopertais Wilayah V Aceh. Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Gajah Putih memiliki 2 (dua) Jurusan: yakni, Pendidikan Agama Islam (PAI) dan Pendidikan Bahasa Arab (TBA). Kedua jurusan ini diselenggarakan berdasarkan Surat Keputusan Menteri Agama RI Nomor: 256 tahun 1989, tanggal 12 September 1989 dengan status Terdaftar. Status terdaftar diperpanjang kembali melalui SK Menteri Agama Nomor: 264 tahun 1995, tanggal 16 Juni 1995 dan berlaku sampai tahun 1999.

Pada tahun 2000, Program Studi Pendidikan Agama pada Jurusan Tarbiyah Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Gajah Putih mendapat status Diakui berdasarkan Surat Keputusan Dirjend Bagais Depag RI Nomor. E/93/2000 tanggal 26 Juni 2000.⁴ Seiring perjalanan waktu, civitas akademika Gajah Putih

_

³Kementerian Agama, *Buku Panduan Program Strata Satu (S.1)*, (Takengon: STAIN Gajah Putih, 2013), hlm. 4-5.

⁴*Ibid.*, hlm. 6.

berusaha memberikan pelayanan terbaik dengan berupaya meningkatkan kualitas pendidikan. Dalam kaitan ini, berbagai upaya pembenahan dilakukan, hasilnya pada Tahun 2000, Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Yayasan Gajah Putih Takengon memperoleh status Terakreditasi dari Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi (BAN-PT) Nomor: 023/BAN-PT/AK-IV/IX/2000, tanggal 14 September Tahun 2000 dengan peringkat C. Dengan demikian, sejak tahun 2000 Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Gajah Putih Takengon menyelenggarakan pendidikan secara mandiri.⁵

Seiring dengan diperolehnya status Terakreditasi dari Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi (BAN-PT) Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Yayasan Gajah Putih Takengon, terjadi peningkatan jumlah mahasiswa, khususnya untuk Jurusan Tarbiyah. Menanggapi keadaan tersebut, pada tahun 2002 Yayasan Gajah Putih mengajukan usul pengembangan Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Gajah Putih menjadi Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) kepada Koordinator Kopertais Wilayah V Aceh.

Menanggapi usulan tersebut, Kopertais Wilayah V Aceh melalui surat Nomor: 5287/Kopertais/V/2004, bertanggal 12 April 2004, mengeluarkan Izin Operasional Jurusan Syari'ah dan Dakwah. Dengan pembukaan kedua jurusan ini, Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Gajah Putih berubah menjadi Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) Gajah Putih. Sejak perubahan ini, Sekolah Tinggi

⁵Dimuat dalam situs stain-gp.id. Diakses melalui: http://stain-gp.ac.id/pages/sejarah, 21 September 2019.

-

Agama Islam STAI Gajah Putih Takengon telah memiliki 3 (tiga) Jurusan dengan 9 (sembilan) program studi Strata Satu (S-1).⁶

Berangkat dari keinginan yang besar dari seluruh komponen masyarakat di Kabupaten Aceh Tengah, dalam kurung beberapa tahun kebelakangan ini STAIN Gajah Putih Takengon-Aceh Takengon, Aceh Tengah, Aceh terus berbenah diri dalam meningkat status STAI Swasta menjadi STAIN Gajah Putih Takengon-Aceh Takengon, Aceh Tengah, Aceh, berdasar proses yang cukup panjang selama kurung waktu beberapa tahun kebelakang, cita-cita perubahan status tersebut baru dapat tercapai pada tahun 2012 dengan keluarnya Keputusan Presiden Nomor 50 tahun 2012 tanggal 25 April 2011 tentang Pendirian STAIN Gajah Putih Takengon-Aceh Takengon, Aceh Tengah, Aceh dan Peraturan Menteri Agama Nomor 16 Tahun 2012 tentang Organisasi dan Tata Kerja Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Gajah Putih Takengon, Aceh Tengah, Aceh (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2012 Nomor 988).

2. Tujuan, Visi dan Misi

Tujuan pendirian d<mark>an pengembangan STAIN</mark> Gajah Putih Takengon, Aceh Tengah, adalah:⁸

a. Menyiapkan mahasiswa untuk menjadi anggota masyarakat yang memiliki kemampuan akademik dan dapat menerapkan, mengembang kan khazanah ilmu pengetahuan di tengah masyarakat.

⁶Kementerian Agama, *Buku...*, hlm. 7.

⁷Dimuat dalam situs stain-gp.id. Diakses melalui: http://stain-gp.ac.id/pages/sejarah, 21 September 2019.

⁸Ibid.

- b. Mengembangkan ilmu pengetahuan serta aplikasinya untuk meningkat kan taraf hidup masyarakat dan memperkaya kebudayaan nasional.
- c. Meningkatkan strategi dan pendidikan berbasis mutu dalam berbagai disiplin pengetahuan Agama Islam, baik di lingkungan keluarga, masyarakat, dan sekolah.

Sejalan dengan latar belakang pendirian STAIN Gajah Putih Takengon, maka visi STAIN Gajah Putih Takengon yaitu: "Terwujudnya STAIN Gajah Putih sebagai pusat keunggulan ilmu pengetahuan keislaman untuk mempersiapkan sumber daya manusia yang beriman dan bertaqwa, serta proaktif menjawab tantangan zaman". Untuk mewujudkan visi tersebut, dilakukan dengan langkah-langkah strategis dalam misi STAIN Gajah Putih sebagai berikut:⁹

- a. Mengembangkan sumber daya manusia berlandaskan nilai-nilai keislaman dan berpartisipasi aktif membangun masyarakat yang mandiri dan mempunyai daya saing dalam menjawab tuntutan zaman.
- b. Mengembangkan sistem kelembagaan secara profesional yang menganut prinsip-prinsip tata kelola perguruan tinggi yang baik.
- c. Mengembangkan sarana dan prasarana pendidikan sesuai tuntutan pengembangan kualitas akademik.
- d. Membangun dan membina kerjasama dengan lembaga-lembaga terkait dalam rangka pengembangan pendidikan yang berkualitas, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat.

_

⁹Kementerian Agama, *Profil...*, hlm. 3: Lihat juga, Kementerian Agama, *Buku...*, hlm. 7.

Mencermati uraian di atas, dapat diketahui bahwa pembentukan STAIN Gajah Putih Takengon adalah bagian yang tidak terpisahkan dari tujuan umum untuk mencerdasakan masyarakat, dan oleh karena STAIN adalah bagian dari sekolah keagamaan, maka pada pokoknya STAIN idealnya menjadi basis bagi para mahasiswa untuk mengenyam ilmu pengetahuan bidang agama Islam, hal ini jelas terbaca dalam Visi STAIN Gajah Putih sebelumnya.

3. Dasar Hukum

Dasar yuridis penetapan STAIN Gajah Putih diatur minimal dalam dua regulasi hukum, yaitu Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 50 Tahun 2012 tentang Pendirian Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Gajah Putih Takengon, Aceh Tengah, Aceh (selanjutnya ditulis Perpres), dan Peraturan Menteri Agama Republik Indonesia Nomor 16 Tahun 2012 tentang Organisasi dan Tata Kelola Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Gajah Putih Takengon, Aceh Tengah, Aceh (selanjutnya ditulis Permenag).

Dalam Perpres tersebut pendirian STAIN Gajah Putih pada dasarnya bagian dari usaha memenuhi tenaga terdidik dan mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas di bidang Ilmu Pengetahuan Agama Islam. Hal ini terbaca jelas di dalam konsideran Perpres tersebut yang dimuat pada poin a. Berdasarkan Perpres tersebut juga, maka semua pembiayaan penyelenggaraan tata kelola STAIN Gajah Putih sepenuhnya menjadi tanggungan dari Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara (APBN). Hanya saja, tidak menutup kemungkinan Pemerintah Aceh maupun dari Pemerintahan Kabupatan Tengah ikut bersama-sama menunjang sarana dan pra sarana yang ada, atau

diperkenankan pula pembiayaannya dari sumber lainnya. Ketentuan ini tersebut dalam Pasal 3 Perpres:¹⁰

Ayat (1): "Pembiayaan penyelenggaraan Sekolah Tinggi Agama Islam Negero Gajah Putih Takengon, Aceh Tengah, Aceh bersumber dari Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara". Ayat (2): "Pemerintah Aceh dan Pemerintah Kabupaten Aceh Tengah dapat membantu pembiayaan sebagaimana dimaksud pada pasal (1) sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan". Ayat (3): "Selain pembiayaan yang dimaksud pada ayat (1) dan ayat (2), Sekolah Tinggi Agama Islam Negero Gajah Putih Takengon, Aceh Tengah, Aceh dapat menerima dana dari sumber lain sesuai dengan peraturan perundang-undangan".

Dalam Peraturan Mentri Agama, disebutkan bahwa kedudukan STAIN Gajah Putih berada langsung di bawah Kementerian Agama, artinya STAIN Gajah Putih termasuk di dalam perguruan tinggi yang diselenggarakan oleh Kementerian Agama, berikut dengan adanya tanggung jawab pimpinan kepada Menter Agama. Hal ini tersebut secara jelas di dalam Permenag Pasal 1 ayat (1). Padal Pasal 2, STAIN Gajah Putih memiliki tugas yang sama dengan perguruan tinggi lainnya. adapun materi pasal 2 Permenag tersebut yaitu:

"STAIN GP mempunyai tugas melaksanakan program pendidikan akademik dan/atau profesional, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat di bidang Ilmu Pengetahuan Agama Islam sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan".

Selanjutnya, Permenag mengatur fungsi STAIN Gajah Putih di dalam Pasal 3 sebagai berikut:¹¹

- "Dalam melaksanakan tugas sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2, STAIN GP menyelenggarakan fungsi:
 - a. Perumusan dan penetapan visi, misi, kebijakan, dan perancangan program
 - b. Penyelenggaraan dan pelaksanaan pendidikan dan pengajaran, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat dalam bidang

¹⁰Kementerian Agama, *Profil...*, hlm. 29.

¹¹Kementerian Agama, *Profil...*, hlm. 31.

- pengembangan ilmu pengatahuan, teknologi dan/atau seni keagamaan Islam
- c. Pelaksanaan pembinaan civitas akademika dan kejasama dengan perguruan tinggi dan/atau lembaga-lembaga lain
- d. Pelaksanaan adminitrasi dan ketatausahaan STAIN GP, dan
- e. Pengorganisasian, pengendalian, evaluasi dan pelaporan kegiatan STAIN GP

Berdasakan kedudukan, tugas, dan fungsi STAIN Gajah Putih seperti tersebut dalam beberapa pasal Permenag di atas, dapat diketahui bahwa STAIN Gajah Putih adalah bagian dari perguruan tinggi yang secara langsung di bawah Kementerian Agama Rapublik Indonesia. Ini menunjukkan, STAIN Gajah Putih menjadi bagian yang sudah jelas kedudukannya sebagai salah satu perguruan tinggi yang diakui keberadaannya, hal ini dipertegas lagi dengan Perpres seperti telah dikemukakan terdahulu.

B. Pembahasan

1. Faktor-faktor Penyebab Stres bagi Mahasiswi Hamil

Stres pada seseorang tidak timbul begitu saja tanpa ada penyebab awal yang melatarinya. Pada sesi ini, dikemukakan beberapa faktor umum yang menjadi sebab timbulnya stres bagi mahasiswi yang sedang hamil di Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Gajah Putih Takengon, Aceh Tengah, Aceh (STAIN Gajah Putih). Faktor yang dimaksud setidaknya ada dua, yaitu internal dan eksternal. Hal ini serupa dengan penjelasan Al Musanna, selaku Wakil Ketua Bidang Akademik STAIN Gajah Putih, stres yang terjadi pada mahasiswi STAIN Gajah Putih umumnya ditimbulkan dari dua aspek, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang dimaksud datang karena diri mahasiswi itu sendiri,

dn faktor ekternal berasal dari luar dan keinginan mahasiswi seperti lingkungan yang menyertainya. 12

Faktor internal yang dimaksudkan barangkali lebih kepada tuntutan diri pribadi mahasiswi yang bersangkutan, sementara faktor eksternal boleh dikatakan sebagai faktor lingkungan di mana mahasiswi hami berhubungan satu dengan yang lainnya. Untuk lebih detail, di sesi ini akan diuraikan dua poin umum penyebab stres tersebut.

a. Faktor Internal

Faktor internal menjadi salah satu bagian yang relatif cukup besar berdampak pada timbulnya stres pada diri seseorang, termasuk yang berlaku dan dirasakan oleh beberapa mahasiswi yang sedang hamil di STAIN Gajah Putih. Keadaan diri yang cemas, mudah khawatir, rasa takut, dan beberapa hal lainnya menjadi bagian dari sebab internal stres tersebut.

Untuk mengkonfirmasi adanya faktor internal ini, penulis mencoba megumpulkan beberapa informasi terhadap mahasiswi yang sedang hamil di STAIN Gajah Putih. Di antaranya keterangan Dewi Suarni (hamil anak pertama) dan Hendrayani (pernah hamil anak pertama), masing-masing yaitu mahasiswi angkatan 2014 dan angkatan 2015, Jurusan Ekonomi Syariah dan Perbankan Syariah, Fakultas Syariah. Dari keterangannya, mereka termasuk orang yang mudah cemas dan gelisah, termasuk takut tanpa sebab dan timbul seketika pada saat hamil. Ditambahkan, kondisi

_

 $^{^{12}\}mbox{Wawancara}$ dengan Al
 Musanna, Wakil Ketua Bidang Akademik STAIN Gajah Putih, tanggal 24 Juni 2019.

kesehatan juga berdampak pada stres yang mereka alami. Kondisi kesehatan ini kemudian berdampak pada beberapa hasil yang dicapai tidak atau kurang memenuhi tuntutan mereka, seperti dalam perkualihan maupun di rumah tangga. Keterangan serupa juga diketengahkan oleh Aira, mahasiswi (hamil anak pertama) angkatan 2015, Jurusan Manajemen Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah. Ia menuturkan keadaan cemas relatif cukup sering dirasakan sebab beberapa keinginan yang belum tercapai, seperti berhubungan dengan kampus maupun rumah tangga.

Keadaan stres tersebut cenderung lebih kepada penyebab diri pribadi mahasiswi yang bersangkutan, boleh jadi karena kriteria kondisi fisik yang tidak stabil dan ini ada hubungannya dengan kesehatan, ada pula karena motivasi, dan tipe kepribadian dari mahasiswa itu sendiri, atau boleh jadi akumulasi dari beberapa kriteria tersebut. Di samping itu, kondisi kesehatan juga menjadi pemicu internal diri mahasiswi sehingga mudah stres, di tambah dengan tingkatan emosional yang tidak stabil.

Hal tersebut di atas barangkali sesuai dengan keterangan Atkinson, Robbins, dan Davis, sebagaimana dikutip oleh Cahyuno, bahwa keadaan stres seseorang yang disebabkan oleh faktor internal pada umumnya karena kondisi kesehatan diri seseorang, dengan itu akan mengakibatkan pada daya tahan tubuh yang tidak mampu dan mumpuni dalam menyerap berbagai masalah yang datang. Di samping itu, kondisi emosional yang

¹³Wawancara dengan Dewi Suarni dan Hendrayani, masing-masing yaitu mahasiswi angkatan 2014 dan angkatan 2015, Jurusan Ekonomi Syariah dan Perbankan Syariah, Fakultas Syariah, STAIN Gajah Putih, tanggal 20 Juni 2019.

¹⁴Wawancara dengan Aira, mahasiswi angkatan 2015, Jurusan Manajemen Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah, STAIN Gajah Putih, tanggal 20 Juni 2019.

tidak stabil juga menjadi bagian yang tidak terpisah dengan stres, sebab kondisi emosi dalam arti mudah sedih, marah, dan senang, yang tidak stabil akan berdampak terhadap kondisi mental dan fsikis, dan harusnya seseorang meminta bantuan pada orang lain dalam menyelesaikan masalahnya.¹⁵

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang dimaksud dalam sesi ini adalah beberapa penyebab yang menimbulkan stres pada mahasiswi hamil di STAIN Gajah Putih. Faktor ekternal di sini cukup banyak, pada intinya semua hal yang turut terlibat dan memunculkan stres pada seseorang, hanya saja di sini ditemukan ada dia fektor umum, yaitu faktor kampus dan keluarga. Faktor kampus berkaitan dengan banyaknya tugas yang diberikan dosen kepada mahasiswa, baik dalam bentuk makalah, jurnal, artikel, klipping, termasuk di dalamnya tugas akhir skripsi.

Menurut Rizni Syaqia, mahasiswi (hamil anak kedua) angkatan 2015, Jurusan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), Fakultas Tarbiyah, bahwa tiap tugas makalah yang diberikan dosen memicu ketegaangan, cemas, serta keadaan khawatir. Hal ini berlaku karena batas waktu yang diberikan untuk menyelesaikan tugas tadi relatif cukup singkat, sehingga kualitas tugas tersebut terkadang tidak memadai sebagaimana mestinya. ¹⁶

¹⁵Eko Wahyu Cahyono, *The Power of Gratitude: Kekuatan Syukur dalam Menurunkan Stres Kerja*, (Yogyakarta: Budi Utama, 2019), hlm. 5-6.

¹⁶Wawancara dengan Rizni Syaqia, mahasiswi angkatan 2015, Jurusan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), Fakultas Tarbiyah, tanggal 20-21 Juni 2019.

Menurut beberapa responden lain seperti Rita Fitriana,¹⁷ Masturi,¹⁸ Walya Sari (hamil anak pertama),¹⁹ dan Laila Karyati (hamil anak ketiga),²⁰ masing-masing sebagai mahasiswi di STAIN Gajah Putih. Pada intinya, disebutkan bahwa penyebab stres yang dialami biasanya karena banyaknya tugas dari kampus, termasuk jam kampus yang padat, belum lagi persoalan rumah tangga. Jadi, keberadaan lingkungan kampus dan keluarga turut berperan menciptakan situasi yang tidak kurang baik, hingga mengakibatkan stres.

Keterangan tersebut diatas cenderung sama seperti penjelasan Heiman dan Kariv, seperti dikutip oleh Margareth Sutjiato dan kawan-kawan, bahwa faktor eksternal biasanya berasal dari luar individu seperti faktor di dalam keluarga yang kurang baik, pekerjaan, fasilitas, lingkungan, dosen dan lain-lain.²¹ Menurut Jap Mustopo Bahtiar, seperti dikuto pleh Prameswarie, bahwa faktor eksternal terjadinya stres ada kalanya sebab hubungan keluarga, juga karena jam kerja yang begitu padat dan berlebihan.²²

ARHRANIET

¹⁷Wawancara dengan Rita Fitriana, mahasiswi angkatan 2015, Jurusan Pendidikan Agama Islam, Jurusan Tarbiyah, STAIN Gajah Putih, tanggal 21 Juni 2019.

¹⁸Wawancara dengan Masturi, mahasiswi angkatan 2015, Jurusan Pendidikan Agama Islam, Jurusan Tarbiyah, STAIN Gajah Putih, tanggal 21 Juni 2019.

¹⁹Wawancara dengan Walya Sari, mahasiswi angkatan 2017, Jurusan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), Jurusan Tarbiyah, STAIN Gajah Putih, tanggal 21 Juni 2019.

²⁰Wawancara dengan Laila Karyati, mahasiswi angkatan 2014, Jurusan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), Jurusan Tarbiyah, STAIN Gajah Putih, tanggal 21 Juni 2019.

²¹Margareth Sutjiato, dkk., "Hubungan Faktor Internal dan Eksternal dengan Tingkat Stress pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado", Jurnal: "*JIKMU*" Volume 5. Nomor 1, (Januari 2015), hlm. 32.

²²Dyah Prameswarie, *Terapi Duka: Mengatasi Duka dengan Zikir, Doa, dan Hati Ikhlas*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2011), hlm. 18.

Mencermati uraian di atas, dapat diketahui bahwa penyebab umum stres pada mahasiswi hami di STAIN Gajah Putih Takengon, Aceh Tengah, Aceh dipicu oleh berbagai faktor, yang tercakup dalam faktor internal diri pribadi mahasiswi yang bersangkutan, seperti mudah sedih, takut, kondisi kesehatan yang tidak baik, dan sifat emisional yang tidak stabil. Adapun faktor eksternal tercakup dalam sebab kampus dan rumah tangga. Arah terjadi dan timbulnya stres pada diri seseorang telah digambarkan oleh Gunarsa, yaitu dengan pola:²³

Pola Terjadinya Stres²⁴

"Stressor -» KEPRIBADIAN -»- Reaksi Pribadi -»- Stres

Pola di atas menunjukkan bahwa stressor sebagai penyebab internal akan timbul pada diri seseorang, seperti kondisi kesehatan, kondisi emosi dan mental, semuanya akan ikut mempengaruhi pada reaksi pribadi orang-orang. Di samping itu, juga dipengaruhi oleh kondisi luar diri yang disebut dengan faktor eksternal, hingga menimbulkan stres sebagai klimaksnya. Hal ini ditandai misalnya dengan tanda cemas, takut, depresi, dan keadaan stres lainnya. Demikian pula yang berlaku bagi beberapa mahasiswi hamil di STAIN Gajah Putih. Pola tersebut di atas juga menjadi acuan timbulnya stres. Hanya saja, dari beberapa mahasiswi tersebut, relatif berbeda terkait *stressor* yang menimbulkan stres, seperti karena

²³Singgih D. Gunarsa dan Y. Singgih D. Gunarsa, *Psikologi...*, hlm. 264.

²⁴Singgih D. Gunarsa dan Y. Singgih D. Gunarsa, *Psikologi...*, hlm. 264.

kondisi kesehatan yang lemah, atau emosional dan mental, rumah tangga dan kampus.

2. Dampak Stres pada Mahasiswi di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah

Umum diketahui bahwa stres merupakan kondisi yang umumnya dialami oleh mahasiswa dan mahasiswi yang sedang melanjutkan jenjang pendidikan di perguruan tinggi. Stres tersebut memiliki hubungan kausalitas antara penyebab dengan dampak bagi seseorang, mulai dari jatuh sakit, hingga pada kondisi di mana kejiwaan seseorang terganggu, atau tidak jarang pula ditemukan hingga bunuh diri. Terhadap 8 (delapan) responden mahasiswi yang sedang hamil atau penah merasakan kehamilan yang penulis wawancarai, memiliki dampak stres yang berbeda-beda. Secara umum, dampak stres bagi mahasiswi tersebut minimal ada empat dampak, yaitu sebagai berikut:

a. Keguguran

Keguguran atau dalam istilah lain disebut dengan "abortus spontan" merupakan kondisi di mana kehilangan janin dan belum sempat dilahirkan. Keguguran sering ditemukan pada perempuan yang masa kehamilannya menginjak usia tiga bulan. Tingginya keadaan stres menjadi salah satu penyebab yang dominan terjadinya keguguran. Hal ini sebagaimana dialami oleh Hendrayani (pernah hamil anak pertama). Dalam keterangannya, disebutkan bahwa pada saat itu ia mendapatnya banyak tekanan dari luar, seperti banyaknya tugas kampus yang perlu

²⁵David Werner, Carol Thuman, dan Jane Maxwell, *Where There is No Doctor*, (Terj: YEM Yayasan Essentia Medica), Cet. 19, (Yogyakarta: Andi, 2010), hlm. 373.

diselesaikan secara segera, dan ditambah dengan persoalan keluarganya. ²⁶ Efek dari stres yang ia alami berdampak pada kehamilannya.

b. Jatuh sakit

Dari delapan responden hamil yang penulis wawancara, terdapat 5 mahasiswi yang jatuh sakit, ini seperti dialami oleh Rizni Syaqia, Rita Fitriana, Masturi, Walya Sari, dan Laila Karyati. Kelima mahasiswi ini mengaku jatuh sakit sebab stres yang dialaminya. Kondisi tubuh yang kurang baik dalam menfilter tekanan dari luar menjadi pemicu melemahnya daya tahan tubuh mengakibatkan sakit. Kondisi stres yang berlebihan, baik karena faktor internal maupun eksternal menurut beberapa ahli memang memberi peluang pada kondisi kesehatan seseorang. Menurut David J. Cooke dan kawan-kawan, stres dapat berdampak tidak hanya pada kondisi psikis, tetapi juga kondisi fisik dan jatuh sakit, seperti lambung dan penyakit lainnya. Respectivente sakit sakit, seperti lambung dan penyakit lainnya.

c. Susah tidur

Susah tidur atau dalam istilah lain disebut dengan insomnia yaitu gangguan tidur di mana seseorang secara terus-menerus mengalami kesulitan tidur atau bangun terlalu cepat.²⁹ Dampak susah tidur ini berlaku untuk kedelapan mahasiswi STAIN Gajah Putih. Hal ini sesuai dengan

²⁶Wawancara Hendrayani, mahasiswi angkatan 2015, Jurusan Perbankan Syariah, Fakultas Syariah, STAIN Gajah Putih, tanggal 20 Juni 2019.

 $^{^{27} \}rm Rizni$ Syaqia, Rita Fitriana, Masturi, Walya Sari, Laila Karyati, mahasiswi STAIN Gajah Putih, tanggal 20 dan 21 Juni 2019.

²⁸David J. Cooke, dkk., *Menyingkap Dunia Gelap Penjara*, (Terj: Hary Tunggal), (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2008), hlm. 196.

²⁹Yustinus Semiun, *Kesehatan Mental* 2, (Yogyakarta: Kunisius, 2010), hlm. 207.

keterangan Raje Airey bahwa insomnis merupakan respon umum dari stres, karena pikiran dan tubuh tidak mau membiarkan untuk beristirahat.³⁰ Jadi mahasiswi hamil di STAIN Gajah Putih yang mengalami stres umumnya merasakan dampak insomnia.

d. Tidak tercapainya target perkuliahan

Kuliah merupakan jenjang pendidikan akhir yang oleh banyak mahaiswa/mahasiswi memiliki target yang harus dituntaskan tepat waktu. Target yang dimaksud boleh jadi tidak berhasil dicapai oleh karena beberapa faktor yang melatarbelakanginya. Baik karena keadaan ekonomi, kondisi fisik maupun psikis mahasiswa tersebut, termasuk faktor kehamilan yang rentan sekali mengalami stres hingga target perkuliahan seperti penyusunan skripsi tidak dapat diselesaikan tepat waktu. Hal ini dialami oleh beberapa mahasiswi hamil yaitu pada Dewi Suarni dan Laila Karyati, masing-masing angkatan 2014. Sejak awal, mereka menargetkan masa kuliah maksimal 9 (sembilan) semester, namun target tersebut tidak mampu dipenuhi karena kondisi kehamilan, juga karena stres yang dialami keduanya.³¹

Mencermati uraian di atas, stres yang terjadi pada mahasiswi hamil di berbagai jurusan di STAIN Gajah Putih menimbulkan berbagai dampak, umumnya yaitu susah tidur, diikuti dengan sakit, tidak tercapainya targe perkuliahan, hingga keguguran. Dari faktor hingga dampak yang ditimbulkan,

³⁰Raje Airey, 50 Rahasia Alami Mengobati Sakit Kepala, (Jakarta: Erlangga, ttp) hlm. 21.

³¹Wawancara dengan Dewi Suarni mahasiswi angkatan 2014, Jurusan Ekonomi Syariah Fakultas Syariah, STAIN Gajah Putih, tanggal 20 Juni 2019: Keterangan tersebut juga diperoleh dari hasil wawancara dengan Laila Karyati, mahasiswi angkatan 2014, Jurusan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), Jurusan Tarbiyah, STAIN Gajah Putih, tanggal 21 Juni 2019.

dapat ditemukan satu pola bahwa *stressor* sebagai faktor luar (eksternal) maupun dalam (internal) terserap ke dalam diri pribadi mahasiswi, kemudian menimbulkan stres pada diri, dan ini menimbulkan dampak yang boleh jadi dapat merugikan secara materil sekaligus moril bagi pihak yang mengalami stres



BAB V

PENUTUP

Pada sesi ini dikemukkan hasil analisa yang telah dilakukan pada bab-bab sebelumnya. Bab ini disusun dengan dua poin kesimpulan dan saran. Kesimpulan yang dimaksud yaitu beberapa poin penting terkait jawaban singkat atas temuan penelitian, khususnya mengacu pada pertanyaan yang telah diajukan sebelumya. Adapun saran dikemukakan dalam kaitan dengan masukan-masukan yang diharapkan dari berbagai pihak terkait, baik secara khusus dalam kritik dan saran tentang teknik dan isi penelitian. Masing-masing uraiannya dapat dikemukakan dalam poin-poin berikut ini:

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian pembahasan terdahulu, dapat disarikan beberapa poin kesimpulan sebagai berikut:

- 1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat dua faktor umum yang mempengaruhi stres pada mahasiswi hamil yang sedang melanjutkan studi di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah. *Pertama*, faktor internal, yaitu faktor yang terdapat pada individu mahasiswi yang bersangkutan, seperti mudah cemas, takut, kondisi kesehatan menurun, serta kondisi emosional yang tidak stabil. *Kedua*, faktor eksternal berupa penyebab dari luar diri mahasiswi baik lingkungan kampus maupun keluarga.
- 2. Terdapat empat dampak umum stres yang dialami oleh mahasiswi yang hamil sedang menjalani studi di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten

Aceh Tengah. *Pertama*, mengalami keguguran. *Kedua*, jatuh sakit. *Ketiga*, susah tidur dan dampak ini dialami oleh semua mahsiswi hamil. *Keempat*, tidak tercapainya target perkuliahan.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, dapat disarikan beberapa saran sebagai berikut:

- 1. Perlu adanya upaya bagi mahasiswi hamil untuk melakukan usaha preventif maupun repressif terkait stres yang dialami masing-masing. Upaya preventif misalnya dengan pencegahan terhadap timbulnya stres, dan upaya repressif seperti memeriksakan kondisi kesehatan kepada puskesmas baik terhadap kondisi tubuh maupun janin.
- 2. Untuk mengatasi dampak stres pada mahasiswi hamil, harus adanya upaya pengelolaan stres yang benar. Dalam perspektif umum misalnya dengan melakukan tindakan time management (mengelola waktu yang tepat dan perbanyak istirahat), dan cognitive restructuring (mengubah cara berpikir negatif menjadi positif). Dalam perspektif Islam, misalnya berserah diri, tidak meninggalkan shalat, ikhlas, dan husnu al-zann (berfikir positif atau baik sangka).

DAFTAR PUSTAKA

- Abī Bakr Aḥmad bin al-Ḥusain al-Baihaqī, *al-Jāmi' li Syu'ab al-Īmān*, Juz 9, Riyadh: Maktabah al-Rusyd, 2003.
- Abu Ammar dan Abu Fatiah al-Adnani, *Mizan al-Muslim: Berometer Menuju Muslim Kaffah*, Solo: Cordova Mediatama, 2009.
- Achmad Warson Munawwir dan Muhammad Fairuz, *al-Munawwir: Kamus Indonesia Arab*, Surabaya: Pustaka Progresif, 2007.
- Adi W. Gunawan, *The Miracle of Mindbody Medicine*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2012.
- Ahmad Rafiq, *Hukum Perdata Islam di Indonesia*, Edisi Revisi, Cet. 2, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2015.
- Amirulloh Syarbini dan Jumari Haryadi, *Dahsyatnya Sabar*, *Syukur*, *dan Ikhlas Muhammad Saw*, Bandung: Ruang Kata, 2010.
- Badr al-Dīn Abī Muḥammad Maḥmūd bin Aḥmad al-'Ainī, 'Umdah al-Qārī Syarḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, Juz 22, Bairut: Dār al-Kutb al-'Ilmiyyah, 2001.
- Burhan Bungin, Penelitian Kualitatif Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya, Jakarta: Kencana, 2011.
- David J. Cooke, dkk., *Menyingkap Dunia Gelap Penjara*, Terj: Hary Tunggal, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2008.
- David Werner, Carol Thuman, dan Jane Maxwell, Where There is No Doctor, Terj: YEM Yayasan Essentia Medica, Cet. 19, Yogyakarta: Andi, 2010.
- Dian Ibung, Panduan Praktis bagi Orang Tua dalam Memahami dan Mendampingi Anak: Stres pada Anak Usia 6-12 Tahun, Jakarta: Elex Media Komputindo, 2008.
- Dorothy H.G. Cotton, *Stres Management: An Integrated Approach to Therapy*, New York: Brunner, 1990.
- Dyah Prameswarie, *Terapi Duka: Mengatasi Duka dengan Zikir, Doa, dan Hati Ikhlas*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2011.
- Eko Wahyu Cahyono, *The Power of Gratitude: Kekuatan Syukur dalam Menurunkan Stres Kerja*, Yogyakarta: Budi Utama, 2019.

- Farida Aryani, *Stres Belajar Suatu Pendekatan dan Intervensi Konseling*, Sulawasi Tengah: Edukasi Mitra Grafika, 2016.
- I Made Marthana Yusa, *Sinergi Sains, Teknologi dan Sen*, DenpasaR: Stmik Stikom Indonesia, 2016.
- Ibn Ḥajar al-'Asqalānī, *Fatḥ al-Bārī bi Syarḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, Juz 13, Riyadh: Dār Ṭayyibah, 2005.
- Ibn Jam'ah, *Mausū'ah al-Akhlāq*, Kuwait: Maktabah Ahl al-Atsar, 2009.
- Ibn Qayyim al-Jauziyyah, *Tuḥfah al-Maudūd fī Aḥkām al-Maulūd*, Terj: Mahfud Hidayat, Cet. 2, Jakarta: Pustaka al-Kautsar, 2007.
- Iman Soeharto, *Penyakit Jantung Koroner dan Serangan Jantung*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2004.
- J. Milton Cowan, A Dictionary of Modern Written Arabic, New York: Spoken Language Services, 1976.
- J.S. Badudu, *Kamus Kata-Kata Serapan Asing dalam Bahasa Indonesia*, Cet. 3, Jakarta: Kompas Media Nusantara, 2007.
- John M, Ivancevich, dkk., *Organizational Behavior and Management*, Terj: Gina Gania, Edisi Ketujuh, Cet. 11, Jakarta: Erlangga, 2006.
- John M. Achols dan Hassan Shadily, Kamus Inggris Indonesia, Cet. 15, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2000.
- Kementerian Agama, *Profil STAIN Gajah Putih: Melangkah ke Depan*, Takengon: STAIN Gajah Putih, 2017.
- M. Quraish Shihab, *Pengantin Alquran: Nasehat Perkawinan untuk Anak-Anakku*, Tangerang: Lentera Hati, 2015.
- M. Quraish Shihab, *Perempuan: dari Cinta sampai Seks, dari Nikah Mut'ah sampai Nikah Sunnah, dari Bias Lama sampai Bias Baru,* Cet. 4, Tangerang: Lentera Hati, 2007.
- M. Quraish Shihab, *Yang Hilang dari Kitab Akhlak*, Tangerang: Lentera Hati, 2016.
- Maḥmūd al-Miṣrī, Akhlāg al-Rasūl li Atfāl, Mesir: Maktabah al-Ṣafā, 2011.
- Maḥmūd bin Umar al-Zamakhsyarī al-Khawārizmī, *Tafsīr al-Kasysyāf: 'An Ḥaqā'iq al-Tanzīl wa 'Uyūn al-Aqāwīl fī Wujūh al-Ta'wīl*, Bairut: Dār al-Ma'rifah, 2009.

- Mar'at, Sikap Manusia Perubahan Serta Pengukuran. Jakarta: Ghalia Indonesia, 1981.
- Margareth Sutjiato, dkk., "Hubungan Faktor Internal dan Eksternal dengan Tingkat Stress pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado", Jurnal: "*JIKMU*" Volume 5. Nomor 1, Januari 2015.
- Muḥammad 'Abd al-Ra'ūf, al-Munāwī, *Faiḍ al-Qadīr Syarḥ al-Jāmi' al-Ṣaghīr min Aḥādīs al-Basyīr al-Nażīr*, Juz 3, Bairut: Dār al-Kutb al-'Ilmiyyah, 2001.
- Muḥammad bin 'Abdullāh al-Ṣan'ānī al-Ṣyaukānī, Fatḥ al-Qadīr: al-Jāmi' fī al-Riwaāyah wa al-Dirāyah min 'Ilm al-Tafsīr, Juz 2, Kuwait: Dār al-Nawādir, 2010.
- Muḥammad bin Aḥmad al-Ghazālī, *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn*, Bairut: Dar Ibn Hazm, 2005.
- Muḥammad bin Aḥmad bin Abī Bakr al-Qurṭubī, al-Jāmi' al-Aḥkām al-Qur'ān, Juz 5, Bairut: Mu'assasah al-Risālah, 2006.
- Muḥammad bin Ṣāliḥ al-'Uṣaimīn, Syarḥ Ṣalāṣah al-Uṣūl, Riyadh: Dār al-Ṣuryā li Nasyr, 2000.
- Musradinur, Tres dan Cara Mengatasinya dalam Perspektif Psikologi. Jurnal: "Edukasi". Volume 2, Nomor 2, July 2016.
- Nasution, Metode Research (Penelitian Ilmiah), Jakarta: PT Bumi Aksara, 2011.
- Nasyadizi Nilamsar Noor, dkk, "Pengaruh Stres Kerja dan Kepuasan Kerja terhadap Kinerja Karyawan: Studi pada Karyawan PT Jasaraharja (Persero) Cabang Jawa Timur di Surabaya". Jurnal: *Administrasi Bisnis*. Vol. 31, No. 1 Februari, 2016.
- Prilia Detiana, *Hamil Aman dan Nyaman di Atas 30 Tahun*, Yogyakarta: Media Pressindo, 2010.
- Rāghib al-Aşfahānī, *Mufradāt al-Fāz al-Qur'ān*, Damaskus: Dār al-Qalam, 2009.
- Raje Airey, 50 Rahasia Alami Mengobati Sakit Kepala, Jakarta: Erlangga, ttp.
- Ṣafī al-Raḥmān al-Mubārakfūrī, *Wa Inka al-'Alayya Khalq 'Azīm al-Rasūl Muḥammad Saw*, Juz II, tt: al-Islamiyya, 2006.
- Singgih D. Gunarsa dan Ny. Y. Singgih D. Gunarsa, *Psikologi Praktis: Anak, Remaja, dan Keluarga*, Cet. 8, Jakarta: Gunung Mulia, 2008.
- Soetjiningsih, *Tumbuh Kembang Anak*, Jakarta: EGC, 1995.

- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*, Bandung: Alfabeta, 2010.
- Suharsimi Arikunto, Manajemen Penelitian, Jakarta: PT Rineka Cipta, 2005.
- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 1998.
- Susatyo Yuwono, *Mengelola Stres dalam Perspektif Islam dan Psikologi*. Jurnal: "Psycho Idea", Volume 8, Nomor 2, Juli 2010.
- Syamsul Rijal Hamid, Agama Islam, Jakarta: Bee Media Pustaka, 2017.
- Syarf al-Nawawī, *al-Ażkar*, Terj: M. Tarsi Hawi, Cet. 1, Bandung: al-Ma'arif, 1984.
- Tim Pustaka Phoenix, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Cet. 3, Jakarta: Pustaka Phoenix, 2009.
- Tim Redaksi, *Kamus Bahasa Indonesia*, Jakarta: Pusat Bahasa Depdiknas, 2008.
- Tjiptadinata Effendi, *Meraih Sukses dengan Pencerahan Diri Kunci Keberhasilan Menikmati Hidup*, Cet. 2, Jakarta: Elex Media Komputindo, 2006.
- Ulfah Khaerani, Bingkisan Cantik untuk Ibu Hamil, Jakarta: Elex Media Komputindo, 2017.
- Umar Sulaimān al-Asyqar, *al-Ikhlāṣ*, Terj: Abad Badruzzaman, Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2006.

بما معله الرائرة

ARIBANIET

Yustinus Semiun, Kesehatan Mental 2, Yogyakarta: Kunisius, 2010.

SURAT KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN AR-RANIRY Nomor: B-4792/Un.08/FDK/KP.00.4/19/2019

TENTANG

PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI SEMESTER GANJIL TAHUN AKADEMIK 2019/2020

DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Menimbang

- : a. Bahwa untuk menjaga kelancaran Bimbingan Skripsi Mahasiswa pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, maka perlu menunjuk Pembimbing Skripsi;
 - b. Bahwa yang namanya tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang mampu dan cakap serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan sebagai Pembimbing Skripši;

Mengingat

- Undang-Undang No.20 tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional:

 - Undang-Undang No.20 tanun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional;
 Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen;
 Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, tentang Pendidikan Tinggi;
 Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005, tentang Standar Pendidikan Nasional;
 Peraturan Pemerintah Nomor 37 Tahun 2009, tentang Dosen;
 Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014, tentang Penyelenggara Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;
 Peraturan Pemerintah Nomor 53 Tahun 2010, tentang Disiplin Pegawai Negeri Sipil;
 Peraturan Presiden RI Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan IAIN Ar-Raniry Banda Aceh

 - UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
- Peraturan Menteri Agama Rt Nomor 12 Tahun 2014, tentang organisasi dan tata kerja UIN Ar-Raniry;
 Keputusan Menteri Agama No.89 Tahun 1963, tentang Penetapan Pendirian IAIN Ar-Raniry;
 Keputusan Menteri Agama No. 153 Tahun 1968, tentang Penetapan Pendirian Fakultas Dakwah IAIN
- 12. Peraturan Menteri Agama Ri Nomor 21 tahun 2015 tentang Statuta Universitas Islam Negeri Ar-Raniry
- Banda Aceh;
 13. Surat Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry No.01 tahun 2015, tentang Pendelegasian Wewenang Kepada Dekan dan Direktur PPs di lingkungan UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
 14. DIPA UIN Ar-Raniry Nomor: 025.04.2.423925/2019, Tanggai 31 Desember 2018

MEMUTUSKAN

Menetapkan

Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi tentang Pembimbing Skripsi Mahasiswa

Semester Ganjil Tahun Akademik 2019/2020

Pertama

Menunjuk/Mengangkat Sdr:

1) Drs. Arifin Zain, M.Ag 2) Azhari, S.Sos.i, MA

Sebagai Pembimbing Utama Sebagai Pembimbing Kedua

Untuk Membimbing Skripsi Mahasiswa:

Nama

Urwatul Wusqa

Nim/Jurusan

140402128/ Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)

Judul

Dampak Stres pada Mahasiswi Hamil yang Sedang Menyelesaikan Studi di Sekolah Tinggi

Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah

Kedua

Kepada Pembimbing yang tercantum namanya di atas diberikan honorarium sesuai dengan peraturan

yang berlaku;

Ketiga

Pembiayaan akibat keputusan ini dibebankan pada dana DIPA UIN Ar-Raniry Tahun 2019;

Keempat

Surat Keputusan ini berlaku selama satu tahun terhitung sejak tanggal ditetapkan;

Kelima

Segala sesuatu akan diubah dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan

dalam Surat Keputusan ini:

Kutipan

Surat Keputusan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di

Banda Aceh

Pada Tanggal

19 Desember 2019 M

22 Rabi'ul Akhir 1441 H

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Tembusan;

1. Rektor UIN Ar-Raniry

2. Ka. Bag. Keuangan UIN Ar-Raniry

3. Mahasiswa yang bersangkutan

Keterangan: SK Perpanjangan berlaku sampai dengan tanggal 19 Desember 2020

Alamat: Jalan Yos Sudarso/Aman Dimot No. 10 Telp. (0643) 23268/22422 Takengon, Aceh. Website: www.staingajahputih.ac.id

SURAT KETERANGAN IZIN MELAKSANAKAN PENELITIAN

Nomor: 1053 /Sti.01/HM.01.1/06/2019

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Gajah Putih Takengon menerangkan bahwa:

Nama

: Urwatul Wusqa

NIM

: 140402128

Perguruan Tinggi: UIN Ar-Raniry

Fakultas |

: Dakwah dan Komunikasi

Program Studi

: Bimbingan dan Konseling Islam

Diberikan izin melaksanakan penelitian dan pengumpulan data di Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Gajah Putih Takengon dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul:

"Pengaruh Tingkat Stres Pada Mahasiswi Hamil Yang Sedang Menyelesaikan Studi di Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah"

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenarnya, dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Takengon, 24 Juni 2019

Bidang Akademik 4

R. 194903032006041002

Alamat: Jalan Yos Sudarso/Aman Dimot No. 10 Telp. (0643) 23268/22422 Takengon, Aceh. Website: www.staingajahputih.ac.id

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN

Nomor: 1046 /Sti.01/HM.01.1/06/2019

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Gajah Putih Takengon menerangkan bahwa:

Nama

: Urwatul Wusqa

NIM

140402128

Perguruan Tinggi: UIN Ar-Raniry

Fakultas

: Dakwah dan Komunikasi

Program Studi

: Bimbingan dan Konseling Islam

Adalah benar telah melaksanakan penelitian dan pengumpulan data di Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Gajah Putih Takengon dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul:

"Pengaruh Tingkat Stres Pada Mahasiswi Hamil Yang Sedang Menyelesaikan Studi di Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah"

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenarnya, dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Takengon, 25 Juni 2019

Wakii Ketua Bidang Akademik

Dr. At Musahna, M. Ag NIP 197903032006041002

KUISIONER ATAU PERTANYAAN PENELITIAN

- profil Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh
 Tengah
- 2. Bagaimana dampak Stres pada Mahasiswi yang Sedang Melanjutkan Kuliah di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah?
- 3. Apa saja Faktor-Faktor Penyebab Stres bagi Mahasiswi Hamil?
- 4. Apakah Mahasiswi yang Sedang Melanjutkan Kuliah di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah, pada saat hamil berjalan lancar aktifitas kuliahnya?
- 5. Apa saja Bentuk-Bentuk dan Tingkatan Stres yang dialami Mahasiswi Hamil?
- 6. Apakah ada Upaya Mengatasi Dampak Stres bagi Mahasiswi Hamil di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah?
- 7. Bagaimana Keadaan Stres Bagi Wanita Hamil di Sekolah Tinggi Islam Negeri Gajah Putih Kabupaten Aceh Tengah?
- 8. Anak keberapakah yang hamil ini?

FOTO DOKUMENTASI WAWANCARA

