

# HUBUNGAN RELIGIUSITAS DENGAN KETAHANAN MENTAL MASYARAKAT PINGGIR PANTAI SEBAGAI DAERAH RAWAN BENCANA GEMPA TSUNAMI DI KOTA PADANG

Pismawenzi

Dosen Fakultas Ushuluddin IAIN Imam Bonjol Padang

e-mail : pismawenzi@gmail.com

**Abstract:** The city of Padang is one of the areas included in the disaster-prone West Sumatra, even in Indonesia. Somewhat traumatic event that had occurred September 30, 2009 affects the mental resilience of communities, especially in Padang city on the shoreline are highly vulnerable to earthquake-tsunami, among them the region of Padang West. Mental endurance is influenced by many factors, including religion (religiosity), especially on aspects of aqidah or faith. The purpose of this study are as follows: to explain the level of religiosity beachside community in Padang; explain the level of mental toughness beachside community in Padang; explain whether there is a relationship of religiosity with mental endurance beachside community in the city of Padang. This research is a field (field research), with descriptive correlational quantitative approach. Population of this research is that people who live in coastal areas, especially Padang West as the region's population. Samples drawn using sampling techniques with specification clauster stratified random sampling which numbered as many as 344 people. The results showed that the level of religiosity and mental resilience of society especially the seaside town of Padang Padang West is high. And from the correlation analysis, it was found that there was a significant positive correlation between religiosity and mental endurance in the seaside community as an area prone to earthquake-tsunami in Padang

**Keywords :** mental endurance, religiosity, disaster, earthquake-tsunami

**Abstrak:** Kota Padang adalah salah satu daerah yang termasuk rawan bencana di Sumatera Barat, bahkan di Indonesia. Sedikit banyaknya peristiwa traumatis yang sempat terjadi pada 30 September 2009 mempengaruhi ketahanan mental masyarakat kota Padang terutama yang berada di bibir pantai yang sangat rentan terhadap bahaya gempa-tsunami, di antaranya adalah wilayah Padang Barat. Daya tahan mental ini dipengaruhi banyak faktor, termasuk faktor keagamaan (religiusitas) terutama pada aspek aqidah atau keyakinan. Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut: menjelaskan tingkat religiusitas masyarakat pinggir pantai di Kota Padang; menjelaskan tingkat ketahanan mental masyarakat pinggir pantai di Kota Padang; menjelaskan apakah ada hubungan religiusitas dengan ketahanan mental masyarakat pinggir pantai di Kota Padang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat religiusitas dan ketahanan mental masyarakat pinggir pantai kota Padang khususnya Padang Barat tergolong tinggi. Dan dari analisis korelasi, ditemukan bahwa ada hubungan positif signifikan antara religiusitas dengan ketahanan mental pada masyarakat pinggir pantai sebagai daerah rawan bencana gempa-tsunami di kota Padang.

**Kata Kunci:** ketahanan mental, religiusitas, bencana , gempa-tsunami

## PENDAHULUAN

Kota Padang adalah salah satu daerah yang termasuk rawan bencana-tanah longsor dan banjir bandang serta gempa-tsunami di Sumatera Barat, bahkan di Indonesia. Menurut

kepala pusat data informasi dan humas BNPB, Sutopo Purwo Nugroho bencana yang paling rawan terjadi di Indonesia adalah gempa bumi. Karena 90% dari wilayah Indonesia merupakan daerah rawan gempa.

Kondisi wilayah yang relatif kurang menguntungkan dari segi keamanan terjadinya bencana gempa dan tsunami ini, menyebabkan sebahagian besar masyarakat yang tinggal di daerah pantai berada dalam kecemasan dan gangguan psikologis lainnya. Hal ini bisa disebabkan oleh kemungkinan terjadinya gempa atau bahkan tsunami dalam waktu yang tidak dapat ditentukan. Kecemasan adalah salah satu gejala gangguan jiwa yang paling banyak, biasanya berdampingan dengan depresi, sering ditandai dengan kata-kata klasik yang menunjukkan ketidakpastian; kalau, seandainya, apabila, jikalau, merasa khawatir akan terulang kejadian yang mengerikan. (Semiun, 2010)

Pada tahun 2010 terjadi penurunan angka jumlah penduduk dari 856.815 menjadi 833.562 orang. Kejadian ini diasumsikan sebagai akibat dari bencana gempa yang melanda Kota Padang khususnya dan Sumatera Barat pada umumnya pada setahun sebelumnya tepatnya 30 September 2009. Gempa yang berkekuatan 7,6 skala richter itu memporak-porandakan sebahagian besar wilayah kota Padang dan beberapa kabupaten lainnya, terutama yang berada di daerah pesisir pantai. Sedikit banyaknya peristiwa traumatis itu mempengaruhi ketahanan masyarakat kota Padang terutama yang berada di bibir pantai yang sangat rentan terhadap bahaya gempa-tsunami, di antaranya adalah wilayah Padang Barat.

Kerentanan wilayah ini sudah pernah dikaji oleh peneliti dari Institut Teknologi Bandung sebelumnya. Topografi daerah yang langsung berhadapan dengan Samudera Hindia, serta tidak adanya vegetasi di sepanjang garis pantai (yang ada hanyalah batu pemecah ombak), membuat wilayah ini

menjadi sangat rentan dari bencana gempa-tsunami. Enam dari sepuluh kelurahan yang ada di kecamatan Padang Barat terletak dengan jarak 0 KM dari bibir pantai.

Ketahanan atau ketangguhan jiwa masyarakat di daerah rawan bencana memang sangat dibutuhkan, sehingga mereka dapat merespon secara positif apapun kejadian ataupun isu yang tidak menyenangkan, melanjutkan hidup dan berusaha menjadikan ancaman bencana menjadi tantangan untuk lebih maju. Sehingga mereka kurang menderita dari akibat negatif kemalangan dan nasib buruk yang tidak menguntungkan. (Stoltz, 1997 dalam Safuri, 2009: 188) Menurut WHO (dikutip Martaniah dalam Irawan, 1999:1), ketahanan mental itu adalah kesanggupan seseorang untuk tetap memelihara keutuhan diri ketika berada dalam situasi adanya ancaman, gangguan, hambatan dan tantangan. Bukan malah terpuruk dan menjadi putus asa dan bahkan menjadi gila. Selanjutnya, Stoltz mengkategorikan gaya atau cara manusia merespon kesulitan hidup kepada tipe: pecundang (*quitter*), pekemah (*camper*) dan pendaki (*climber*). (Safuri, 2009)

Daya tahan mental ini dipengaruhi banyak faktor, termasuk faktor keagamaan terutama pada aspek aqidah atau keyakinan. Sebagaimana dinyatakan oleh Yahya Jaya (1999: 80) bahwa di antara peranan aqidah itu adalah menumbuhkan kesabaran dan ketahanan mental. Walau apapun cobaan dan penderitaan yang menimpa, orang beriman akan tahan dan bersabar. Sebab mereka meyakini bahwa perbuatan Allah itu tidak sunyi dari hikmah dan kebaikan bagi manusia. Sementara Zakiah Daradjat (1983) menyatakan bahwa fungsi agama itu adalah memberi bimbingan dalam hidup, menolong

dalam menghadapi kesukaran dan menentramkan batin.

Selanjutnya Salmaneli (2012: 102) menyatakan bahwa agama sangat diperlukan sebagai penyeimbang dan penyelaras dalam berperilaku dan merespon berbagai aspek dalam kehidupan termasuk kondisi yang kurang menguntungkan seperti apa yang dialami oleh masyarakat pinggir pantai di kota Padang.

Jadi berdasarkan latar belakang di atas, penulis ingin mengetahui bagaimana hubungan religiusitas dengan ketahanan mental masyarakat pinggir pantai terutama yang berada di Padang Barat yang diangkat dalam sebuah judul **“Hubungan Religiusitas dengan Ketahanan Mental Masyarakat Pinggir Pantai sebagai Daerah Rawan Bencana Gempa-Tsunami di Kota Padang”** Adapun pertanyaan yang dijawab dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat religiusitas masyarakat pinggir pantai di Kota Padang?
2. Bagaimana tingkat ketahanan mental masyarakat pinggir pantai di Kota Padang?
3. Apakah terdapat hubungan antara religiusitas dengan ketahanan mental masyarakat pinggir pantai di Kota Padang?

#### A. KETAHANAN MENTAL (RESILIENSI)

##### 1. Pengertian Ketahanan Mental

Resiliensi sebagai konsep psikologi telah muncul semenjak abad ke-21 dalam kajian ilmu sosial. Menurut bahasa, kata resiliensi

berasal dari *resilience* yang berarti gaya pegas, daya kenyal (*of a rubber ball*); kegembiraan. Dalam makna lain ada yang menyebutnya dengan daya lentur dan daya lenting. Lentur dalam artian tidak mudah patah bila terkena benturan, serta mudah kembali ke bentuk semula.

Menurut Reivich (2006) sebagaimana dikutip Fara (2012: 8) resiliensi merupakan: *“... the ability to bounce back and even to grow in face of threats to survival.”* (kemampuan untuk bangkit kembali dan bahkan kemampuan untuk tumbuh dalam menghadapi ancaman terhadap kelangsungan hidup). Bannano, dkk mendefinisikan resiliensi dengan *“... the ability of adult in otherwise normal circumstances who are exposed to an isolated and potentially highly destructive even such as the death of a close relation or a violent or life-threatening situation to maintain relatively stable, healthy levels of psychological and physical functioning.”*(...kemampuan orang dewasa dalam keadaan normal untuk dapat bertahan dalam keadaan yang relatif stabil dan fungsi psikologis dan fisik yang sehat jika terkena peristiwa yang menyebabkannya terisolasi dan berpotensi sangat mengganggu hingga mengancam jiwa.) Sedangkan Wagnild dan Young mengartikan resiliensi dengan *“...emotional stamina and has been used to describe person who display courage and adaptability in the wake of life’s misfortunes,* yang dapat diartikan dengan suatu kekuatan emosional yang berasal dari dalam diri individu sehingga mampu beradaptasi terhadap kondisi yang tidak menguntungkan yang menyimpannya. (Fara. 2012: 8)

Definisi yang dikemukakan oleh Wagnild dan Young di atas mengandung

makna bahwa resiliensi memiliki beberapa unsur yakni: kemampuan atau kompetensi dalam diri; ancaman; adaptasi untuk kelangsungan hidup. Kompetensi atau kemampuan diri individu lebih mengarah kepada kemampuan psikis yang berasal dari dalam diri. Wagnild dan Young (dalam Fara, 2012:8), menyatakan bahwa kompetensi diri itu terdiri dari kepercayaan diri, kemandirian, determinasi, keunggulan, akal pemikiran dan ketekunan hati. Sedangkan ancaman itu bisa berupa kemiskinan atau kesulitan hidup, musibah, bencana, atau ancaman terhadap prediksi kejadian yang tidak menguntungkan di masa depan. Sedangkan adaptasi adalah kemampuan untuk menjadikan segala peristiwa atau kejadian sebagai sesuatu yang tidak mengganggu atau bahkan menjadikannya sebagai alat untuk merajut prestasi demi keberlangsungan hidup di masa depan. Bukan malah sebaliknya bahwa ketidakberuntungan hidup membuat individu menjadi terpuruk dan tidak bisa bangkit lagi.

Jadi, dari beberapa definisi yang telah dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan individu untuk menghadapi atau merespon secara positif dan bangkit dari kondisi yang tidak menguntungkan kemudian tumbuh untuk menghadapi tantangan dan ancaman tersebut demi kelangsungan hidupnya di masa depan.

## 2. Karakteristik Resiliensi

Karakteristik resiliensi sebagaimana dikemukakan oleh Wagnild dan Young (2009), terdiri dari lima aspek, yang dijadikannya sebagai dasar konseptual untuk penyusunan skala resiliensi. Dari beberapa penelitiannya, Wagnild menemukan lima karakteristik resiliensi yang terdiri dari: *perseverance*,

*equanimity*, *meaningfulness*, *self-reliance*, dan *existential aloneness*. (Fara:2012)

Karakteristik pertama, *perseverance* yang dimaknai dengan tindakan atau perilaku yang menunjukkan ketekunan meskipun menghadapi kesulitan atau peristiwa yang dapat membuat putus asa, mengandung kerelaan untuk melanjutkan perjuangan demi merekonstruksi kehidupan kembali. *Perseverance* menunjukkan kemampuan individu untuk terus menjalani hidup, meskipun dalam kondisi terpuruk. Pengalaman kegagalan, penolakan, situasi sulit, bencana, ancaman bahaya, yang berulang merupakan hambatan bagi individu untuk mencapai tujuan hidup. Berbeda dengan individu yang resilien akan cenderung terus berjuang dengan penuh kerelaan sekalipun berhadapan dengan berbagai situasi yang menghambat baginya. Aspek ini sangat erat sekali hubungannya dengan keikhlasan dan kesabaran dalam konsep ajaran Islam.

Kedua, *equanimity* yang dapat diartikan dengan keseimbangan batin yang merupakan kemampuan untuk dapat mengambil pelajaran dari kehidupan dan merencanakan hal baru di masa yang akan datang, sehingga mampu berespon secara layak dalam menghadapi kesulitan. Individu mampu meluaskan pandangan sehingga membuatnya lebih fokus kepada hal-hal yang lebih positif daripada hal-hal negatif dari situasi sulit yang sedang ia alami. Individu yang resilien terlihat sebagai seorang yang optimis karena ia memiliki harapan meskipun berada dalam situasi yang menyulitkan. Dan bahkan ia terlihat lebih humoris karena seringkali menertawakan diri sendiri atau pengalaman yang ia sedang hadapi, namun tidak terpaku pada mengasihi

diri sendiri (meratapi diri) tentang keadaan sulit yang sedang menimpanya.

Ketiga, *meaningfulness* yang merupakan karakteristik paling penting dan menjadi landasan bagi empat karakteristik lainnya. *Meaningfulness* yang diartikan dengan kebermaknaan adalah sebuah realisasi bahwa hidup memiliki tujuan sehingga diperlukan usaha untuk mencapai tujuan tersebut. Hidup tanpa tujuan adalah hidup dalam kesia-siaan, karena tidak mempunyai arah yang jelas. Tujuan adalah penuntun individu kepada makna hidup yang dijalaninya.

Keempat adalah *self-reliance*, yang dimaknai dengan kepercayaan diri. Dengan memiliki kepercayaan diri, individu akan mampu mengenali dan mengandalkan kekuatan dan kemampuan pribadi, memanfaatkan kesuksesan di masa lalu untuk mendukung atau bahkan mengarahkan tindakan mereka di masa depan, dan mengenali keterbatasan yang dimiliki. Individu yang mau mengenali dan memahami keterbatasan, akan membuat dirinya berusaha lebih untuk meningkatkan kemampuan dan kualitas diri di masa yang akan datang.

Karakteristik terakhir adalah *existential aloneness*, yang merupakan kesadaran bahwa setiap individu adalah unik, dan menyadari bahwa sebagian pengalaman dapat dibagi kepada orang lain, namun sebagian yang lain dari pengalaman itu harus dihadapi seorang diri.

### 3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi

Menurut Resnick, Gwyther & Roberto (2011) dalam Iqbal (2011) terdapat empat faktor yang mempengaruhi resiliensi pada individu, yaitu: *self-esteem*, dukungan sosial,

spiritualitas atau keberagamaan, dan emosi positif.

*Self-esteem* merupakan harga diri individu. Seseorang dengan *self-esteem* yang baik, akan membantunya dalam menghadapi kesengsaraan dan kondisi yang tidak menguntungkan dalam hidupnya. Dia akan memiliki kepercayaan bahwa beban apapun dalam hidupnya akan dapat dihadapinya dengan baik dan tenang. Dengan modal harga dirinya individu tidak akan mudah menyerah pada kehidupan.

Dukungan sosial, dapat diartikan dengan keberadaan orang lain yang dapat dipercaya, orang yang dapat membuat seseorang merasa dipedulikan, berharga, dan dicintai. Dukungan itu bisa berasal dari keluarga terdekat seperti orang tua, kakek atau nenek, paman atau bibi, serta saudara yang lebih tua. Mereka sering memberikan peran positif dan dukungan yang dapat membantu individu dalam melewati kesulitan. Dukungan sosial juga bisa didapat dari luar keluarga, seperti dari guru, teman sebaya, hubungan sosial yang baik dengan orang lain dan dapat juga berupa dukungan dari organisasi yang disediakan oleh pemerintahan yang ada di tengah masyarakat maupun organisasi sosial keagamaan.

Organisasi dari badan pemerintahan yang disediakan untuk membantu masyarakat dalam kondisi darurat bencana misalnya adalah BNPB yang untuk tingkat propinsi serta kabupaten/ kota adalah BPBD. Selain itu juga ada sejenis Tim Siaga Bencana dengan koordinasi BPBD. Berbagai bentuk kegiatan sebagai langkah antisipasi dan pengurangan terhadap resiko bencana selalu dikuatkan melalui simulasi. Kegiatan yang dilakukan ini

selain untuk tujuan pengurangan resiko terhadap bencana, juga diharapkan dapat memberikan kesadaran, kesiapsiagaan dan kemandirian kepada masyarakat dalam menghadapi bencana, dalam rangka menuju komunitas yang peka, tanggap dan tangguh terhadap bencana.

Aspek spiritualitas atau keagamaan adalah aspek yang tidak dapat diabaikan dalam kehidupan manusia baik secara fisik maupun secara psikis. Secara fisik dimensi dari ajaran agama itu yang memberikan manfaat luar biasa bagi kesehatan fisik manusia itu sendiri terutama adalah aspek ibadah.

Sedangkan aspek lainnya lebih berkontribusi terhadap kesehatan sosial psikologis. Aspek akidah atau keyakinan misalnya dapat memberikan manfaat untuk kesehatan psikis pemeluk suatu agama. Keimanan kepada Allah misalnya, dapat membantu mengatasi berbagai bentuk gangguan psikis atau jiwa. Rasa kesepian, ketakutan, kesedihan, dan ketidakberdayaan bahkan keputusan dalam kondisi terpuruk akan dapat terkendali dengan meyakini bahwa Allah akan menaungi hamba-Nya dengan segenap sifat atau asma'-Nya (al-asma' al-husna) serta keyakinan akan kemaha-Kuasaan Allah dalam segala hal dan tindakan. Demikian juga halnya dengan pemahaman dan keyakinan terhadap rukun iman yang lainnya. Pada dasarnya keimanan dapat berfungsi sebagai pencegah (prevensi) dan bahkan mengobati (kurasi) terhadap segala gangguan kejiwaan pada pemeluk suatu agama. (Lihat berbagai kasus yang dikemukakan oleh Daradjat, 2005) Penelitian tentang ketabahan dan religiusitas dan spiritualitas sebagaimana dikutip oleh Iqbal (2011), menunjukkan kualitas-kualitas yang membantu individu

dalam kondisi stres dalam hidup dan menyediakan perlindungan pada individu dalam menghadapi depresi dan stres.

Selanjutnya pemahaman terhadap aspek mu'amalah misalnya, akan berkontribusi terhadap peningkatan dan perbaikan terhadap sisi kehidupan sosial. Aturan hidup bermasyarakat terutama dalam pergaulan akan terlihat dalam bagaimana seorang pemeluk agama memahami aspek mu'amalah. Atau dalam istilah lain disebut dengan aspek akhlak. Namun akhlak dalam pemahaman penulis juga meliputi aturan tentang bagaimana manusia berhubungan dengan makhluk lain selain manusia di alam ini. Pada dasarnya pemahaman yang baik terhadap aspek mu'amalah dan atau akhlak akan mengatur kehidupan manusia secara sosial dan terhadap lingkungan secara umum. Adapun aspek Ibadah pada dasarnya mencoba mengatur hubungan manusia (pemeluk agama) dengan Tuhannya. Semakin baik pelaksanaan ibadah seseorang, maka semakin terpuaskanlah hubungannya dengan sang Pencipta dan semakin tenang dalam menjalani kehidupan. Aspek ini ada hubungannya dengan pengalaman beragama pada individu (*religious effect*).

Jadi semua aspek dalam ajaran agama itu merupakan faktor yang berpengaruh terhadap kehidupan individu, baik secara fisik, maupun secara sosial psikologis. Terkait masalah fungsi agama dalam kehidupan manusia, Jung dalam (Jalaluddin, 2005) menyatakan bahwa tidak seorangpun dari penderita gangguan jiwa itu yang tidak dilatarbelakangi oleh faktor agama. Artinya, ketika orang jauh dari agama atau mengabaikan agamanya, maka bisa diperkirakan ia akan mengalami gangguan secara psikologis.

Selanjutnya, emosi positif sangat diperlukan dalam membangun resiliensi atau ketahanan mental individu. Sikap positif merupakan kemampuan individu untuk merespon segala peristiwa yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari baik secara kognitif, afektif maupun melalui tingkah laku. Menurut Davis (2007) sebagaimana dikutip Iqbal (2011) seorang yang bereaksi secara positif di saat mengalami krisis dapat menurunkan respon stres secara lebih efektif. Rangkaian penelitian lainnya oleh Tugade dan Fredrickson (2004) juga memberikan gambaran bahwa respon positif saat mengalami stres berhubungan dengan menurunnya tegangan secara fisiologis (Iqbal, 2011: 30) Tentunya banyak hal juga yang menentukan seorang dapat bersikap secara positif dalam hidupnya. Misalnya saja kemampuan kognitif yang baik, kecerdasan emosional yang baik, pemahaman terhadap nilai-nilai agama yang memadai dan faktor lainnya yang secara psikologis mempengaruhi sikap tersebut. Hal ini tentunya akan sangat membantu dalam membangun resiliensi atau ketahanan individu.

## B. RELIGIUSITAS

### 1. Pengertian Religiusitas

Religiusitas diambilkan dari kata religi, yang berasal bahasa latin *religio* yang akar katanya adalah *religere* dengan arti mengikat. Dalam bahasa Indonesia disamakan dengan istilah agama atau yang sering juga disebut religi. Mangunwijaya sebagaimana dikutip Elisha, membedakan istilah religi dengan istilah religiusitas. Religi merujuk pada aspek formal yang berkaitan dengan aturan-aturan dan kewajiban-kewajiban, sedangkan religiusitas merujuk pada aspek yang dihayati

oleh individu. (Mangunwijaya, dalam Elisha, 2011: 29) Artinya, agama sudah menjadi bagian dari hidupnya dan sejauhmana seorang menjadikan agama sebagai warna hidupnya. Sedangkan Jalaluddin mendefinisikan religiusitas dengan suatu keadaan yang ada dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk bertingkah laku sesuai dengan kadar ketaatannya terhadap agama. (Jalaluddin, 2001: 89) Sedangkan menurut Nashori dan Mucharam sebagaimana dikutip Handayani (2013: 12), menyatakan bahwa religiusitas adalah seberapa jauh pengetahuan, seberapa kokoh keyakinan, seberapa pelaksanaan ibadah dan akidah serta seberapa dalam penghayatan atas agama yang dianut (oleh seseorang).

Jadi dapat dipahami bahwa religiusitas merupakan aspek penghayatan atau internalisasi dari nilai-nilai ajaran agama oleh individu yang ikut mendasarinya dalam bertingkah laku dalam menjalani kehidupan.

### 2. Aspek- aspek Religiusitas

Menurut Glock dan Stark, dalam Ancok dan Suroso (1995) , terdapat lima aspek dalam religiusitas, yakni:

#### a. *Religious belief (the ideological dimension)*

*Religious belief* disebut juga dengan dimensi keyakinan, yang merupakan tingkatan sejauhmana seseorang menerima hal-hal yang dogmatic dalam agamanya atau dapat dikatakan sebagai dimensi keimanan, yang terkandung dalam rukun iman yang enam yang terdiri dari, Iman kepada Allah, iman kepada malaikat, iman kepada kitab-kitab Allah, iman kepada Rasul-rasul Allah, iman kepada hari akhir, dan iman kepada takdir. Dimensi keyakinan dalam agama Islam diwujudkan

dalam pengakuan atau syahadat, yang menuntut dilakukannya praktek-paraktek peribadatan yang sesuai dengan nilai-nilai Islam. Dimensi keyakinan adalah dimensi esensial yang dapat diibaratkan sebagai akar bagi sebuah pohon. Kekuatan akar menentukan kokoh atau tidaknya sebuah pohon berdiri. Begitu juga dalam kehidupan beragama, keimanan menentukan kehidupan beragama pada seseorang.

*b. Religious Practice (the ritual dimension)*

*Religious practice* merupakan tingkatan sejauhmana seseorang mengerjakan kewajiban-kewajiban ritual dalam agamanya. Dimensi ini dalam Islam dapat diwujudkan dengan melakukan ibadah *mahdhah dan ghair mahdhah* seperti: shalat, puasa, zakat, haji ataupun praktek mu'amalah lainnya. Lihat Q.S.18: 110, yang artinya:

"Katakanlah: Sesungguhnya aku ini manusia biasa seperti kamu, yang diwahyukan kepadaku: "Bahwa sesungguhnya Tuhan kamu itu adalah Tuhan yang Esa". Barangsiapa mengharap perjumpaan dengan Tuhannya, maka hendaklah ia mengerjakan amal yang saleh dan janganlah ia mempersekutukan seorangpun dalam beribadat kepada Tuhannya".

Dimensi ini ibarat batang dari sebuah pohon. Kekuatan batang merupakan hal yang tidak boleh diabaikan dalam berdirinya sebuah pohon. Begitu juga dengan ibadah dalam kehidupan beragama seseorang.

*c. Religious feeling (the experiential dimension)*

*Religious feeling* atau bisa disebut dimensi pengalaman, adalah dimensi emosional

yang pernah dirasakan pada pelaksanaan ajaran agama. Ini adalah perasaan keagamaan yang dapat bergerak dalam empat tingkat yakni: *Konfirmatif* (merasakan kehadiran Tuhan atau apa saja yang dialami), *Responsif* (merasakan bahwa Tuhan menjawab kehendak atau keluhannya), *Esotik* (merasakan hubungan yang akrab dan penuh cinta dengan Tuhan) serta *Partisipatif* (merasa menjadi kawan setia, kekasih atau wali Tuhan dan menyertai Tuhan dalam melakukan karya Ilahiyyah). Hal ini bisa terlihat dengan adanya perasaan dekat dengan Allah, khusyu' ketika melaksanakan shalat, bergetar saat mendengarkan suara azan, dan lain sebagainya yang terkait dengan emosi keagamaan. (Afifi, 1999)

*d. Religious knowledge (the intelektual dimension)*

*Religious knowledge* adalah dimensi pengetahuan agama yang menerangkan seberapa jauh seseorang mengetahui tentang ajaran agamanya. Dalam istilah psikologi agama, dimensi ini terkait dikategorikan kepada kesadaran beragama atau pemahaman terhadap ajaran agama yang dianut. Pengetahuan tentang ajaran agama akan mempengaruhi bagaimana individu berfikir, bersikap serta berbuat dalam kehidupannya. Dimensi pengetahuan sangat penting dalam keberagamaan seseorang. Sebab, seseorang yang beramal tanpa ilmu, adalah sia-sia atau bahkan lebih buruk dari itu, akan membahayakan dirinya dan orang lain.

*e. Religious effect (the consequential dimension)*

*Religious effect* adalah dimensi yang mengukur sejauhmana perilaku seseorang dimotivasi oleh ajaran-ajaran agamanya dalam

kehidupan sosial. Dalam Islam dimensi ini dapat diwujudkan dalam perbuatan atau perilaku yang baik sebagai amalan sholeh seorang muslim, yaitu meliputi perilaku suka menolong, bekerjasama, berderma, mensejahterakan dan menumbuhkembangkan orang lain, dan sebagainya. (Ancok dan Suroso, 1995). Artinya, aspek ini merupakan buah dari beberapa aspek sebelumnya yang dapat disebut sebagai aspek akhlak. Aspek akhlak atau perilaku dalam hal ini berkaitan dengan bagaimana seseorang dapat mengadakan hubungan secara horizontal (*hablun min al-naas, wa hablun min al-'alam*) dengan baik. Hubungan baik antara sesama manusia akan melahirkan kesejahteraan dan keharmonisan hidup manusia. Sedangkan memberikan perlakuan yang tepat terhadap alam, akan memberikan sumbangan kesejahteraan dan kemakmuran bagi hidup manusia di alam. Pada prinsipnya, bagaimana hubungan manusia dengan manusia lain serta antara manusia dengan alam adalah merupakan efek atau akibat yang ditimbulkan oleh pemahaman dan keyakinan manusia itu sendiri terhadap ajaran agamanya. Maka dimensi pengetahuan adalah suatu yang tidak bisa diabaikan dalam kehidupan beragama pada manusia, mengingat dampaknya cukup besar terhadap perilaku dan kehidupan manusia di alam.

## 2. Peranan Agama dalam Kehidupan Manusia

Agama adalah salah satu norma yang mengatur kehidupan manusia baik secara individu maupun secara sosial kemasyarakatan. Secara umum norma tersebut menjadai kerangka acuan dalam bersikap dan bertingkah laku agar sejalan dengan keyakinan agama yang dianut. Sebagai sistem nilai,

agama memiliki arti yang khusus dalam kehidupan individu serta dipertahankan sebagai bentuk ciri khas.

Menurut pandangan Mc. Guire (dalam Jalaluddin, 2012) segala bentuk simbol-simbol keagamaan, mu'jizat, magis, maupun upacara ritual sangat berperan dalam proses pembentukan sistem nilai dalam diri seseorang. Setelah terbentuk, maka seseorang secara serta merta mampu menggunakan sistem nilai itu dalam memahami, mengevaluasi serta menafsirkan situasi dan pengalaman. Artinya, sistem nilai yang dimiliki individu akan terwujud dalam bentuk norma-norma tentang bagaimana sikap diri.

Selanjutnya, sistem nilai yang abstrak dirasakan sebagai daya dorong (motivator) atau prinsip yang menjadi pedoman hidup. Pada akhirnya, nilai memiliki pengaruh terhadap pengaturan pola tingkah laku, pola berpikir dan pola bersikap. (E.M.K. Kaswardi, dalam Jalaluddin, 2012: 319)

Agama menurut Jalaluddin (2012) sebagai salah satu potensi pada diri individu di samping dapat memberikan arah dalam kehidupannya, juga dapat memberi kemantapan batin, rasa bahagia, rasa terlindung, rasa sukses dan rasa puas. Jadi agama dalam kehidupan individu selain menjadi motivasi dan nilai etik, juga merupakan harapan.

Agama sebagai pemberi harapan bagi pelakunya akan terlihat dari pelaksanaan perintah agama oleh individu karena adanya suatu harapan terhadap pengampunan atau kasih sayang dari sesuatu yang gaib (supranatural). Harapan mendorong seseorang untuk bersikap ikhlas, menerima cobaan yang berat ataupun berdo'a. Sikap seperti ini akan

lebih terasa secara mendalam jika bersumber dari keyakinan terhadap agama.

Jaya (1999), dalam membicarakan peranan agama dalam kehidupan pada sub bahasannya tentang peranan akidah sebagai terapi terhadap gangguan kesehatan mental, menyatakan bahwa keimanan dapat berfungsi sebagai:

1. Meluaskan pandangan dan menguatkan kebesaran jiwa
2. Menumbuhkan keberanian dan kepercayaan pada diri. Orang yang beriman, percaya pada pertolongan Allah, percaya pada pertolongan malaikat, selalu berjuang untuk mencapai keredhaan Allah. Orang beriman juga tidak akan bimbang, ragu-ragu dan apalagi patah hati dalam perjuangan, tapi ia akan selalu optimis. (QS. Yusuf: 87)
3. Menumbuhkan kesabaran dan ketahanan mental. Orang yang beriman bersabar dalam hidup, walaupun apa saja cobaan dan penderitaan yang menimpanya. Jiwa mereka tahan dan sabar terhadap musibah, penderitaan dan kesulitan hidup yang datang. Mereka yakin bahwa cobaan dan kesulitan hidup itu datang dari Allah, dan perbuatan Allah itu tidak sunyi dari hikmah dan kebaikan. Misalnya pelajaran yang ada pada sabda Rasulullah yang artinya:

“Rasulullah SAW bersabda: setiap bencana apapun yang menimpa orang muslim, sekalipun sebuah duri adalah karena salah satu dari dua sebab. Karena Allah hendak mengampuni dosa karena kesalahannya yang tidak dapat diampuni-Nya melainkan dengan cobaan

itu, atau karena Allah hendak memberi dia suatu kehormatan yang tidak mungkin dapat dicapainya melainkan dengan cobaan itu.”

Jadi orang yang beriman dengan kesadaran dirinya akan bersabar dalam menghadapi musibah dan kesulitan hidup yang menimpanya.

4. Menghilangkan perasaan kesepian. Orang beriman tidak akan merasa kesepian, walaupun sendiri dalam kesulitan atau kesusahan. Dia akan selalu merasa dekat dengan Allah dan yakin akan pertolongan dan kasih sayang-Nya. (lihat al-Hadid: 4)
5. Menumbuhkan ketenangan dan ketentraman jiwa. Lihat (al-Ra'd: 28, al-Fath: 4, Ali 'Imran: 139).

James sebagaimana dikutip Jaya (1999), menyatakan bahwa setiap orang beriman pasti dapat melawan keluh kesah hidupnya, sehingga dapat menjaga keseimbangan jiwanya dan senantiasa siap sedia dalam menghadapi setiap kemungkinan yang akan terjadi dalam kehidupannya sehari-hari.

### C. HIPOTESIS PENELITIAN

Ha: Ada hubungan positif yang signifikan antara Religiusitas dengan Ketahanan Mental (Resiliensi)

H0: Tidak ada hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan Ketahanan Mental (Resiliensi)

### D. METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*), dengan pendekatan kuantitatif, yang akan memakai metode deskriptif korelasi. Populasi dalam penelitian

ini pada prinsipnya adalah semua masyarakat yang berada di daerah pinggir pantai kota Padang. Namun karena keterbatasan waktu dan dana penelitian, maka penelitian akan dikhususkan di Kecamatan Padang Barat sebagai daerah populasi tepatnya di enam kelurahan yang tepat berada di pinggir pantai (yang berjarak nol (0) meter dari bibir pantai). Pemilihan Kecamatan Padang Barat terutama disebabkan karena berdasarkan analisis geologi Institut Teknologi Bandung tentang kerentanan wilayah Padang Barat yang sangat landai dengan ketinggian hanya 5 meter saja, yang sangat rentan terhadap bencana gempa-tsunami (Munawwarah, 2012)

Penelitian ini adalah penelitian sampel. Teknik sampling yang digunakan adalah *cluster sampling* dengan spesifikasi *stratified random sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua masyarakat yang ada di kecamatan Padang Barat dengan sampel

daerahnya adalah enam kelurahan yang ada di kecamatan Padang Barat yang terdiri dari kelurahan Belakang Tangsi, Olo, Berok, Purus, Rimbo Kaluang dan Flamboyan Baru. Berdasarkan ketentuan pengambilan jumlah sampel dari populasi yang dikembangkan dari Isaac dan Michael untuk derajat kesalahan 5%, maka jumlah populasi digenapkan menjadi 30.000 dan akhirnya sampel berjumlah **344** orang. (Lihat: Sugiyono, 2008: 126-128)

Pegumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik kuesioner (skala) terkait dengan variabel penelitian yaitu religiusitas dan ketahanan mental. Setelah dilakukan uji coba, maka jumlah item untuk skala religiusitas adalah 45 butir, sedangkan untuk ketahanan mental berjumlah 15 butir.

## E. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 1. Deskripsi Data Penelitian

**Tabel 1**

Variabel	N	Rerata Hipotetik			Rerata Empirik		
		Skor		Mean	Skor		Mean
		M	Mak		Min	Ma	
Religiusitas	344	45	180	13	118	180	149
Ketahanan	344	15	60	38	27	60	44

Tabel di atas memperlihatkan bahwa rerata empirik dari aspek religiusitas dan ketahanan mental masyarakat pinggir pantai sebagai daerah rawan bencana gempa tsunami di kota Padang lebih tinggi daripada rerata hipotetik. Ini menunjukkan bahwa religiusitas dan ketahanan mental masyarakat pinggir pantai sebagai daerah rawan bencana gempa tsunami di kota Padang relatif tinggi.

Berdasarkan analisis deskriptif terhadap tinggi dan rendahnya nilai religiusitas dan ketahanan mental dapat dijabarkan bahwa responden yang memiliki *religiusitas* tinggi yaitu 256 orang atau 74%, dan tingkat rendah 88 orang atau 26 %. Berdasarkan besaran persentase *religiusitas*, menunjukkan bahwa masyarakat pinggir pantai Kota Padang

Sedangkan hasil kategorisasi ketahanan mental diketahui bahwa dari 344 responden yang diteliti, 192 responden atau 56 %, memiliki tingkat ketahanan mental tinggi dan tingkat rendah 152 responden atau 44%. Berdasarkan besaran persentase ketahanan mental menunjukkan bahwa masyarakat pinggir pantai Kota Padang khususnya Padang Barat memiliki tingkat ketahanan mental yang dikategorikan tinggi.

Hasil analisis korelasi memperlihatkan bahwa nilai korelasi Kendall's tau antara variabel religiusitas dan ketahanan mental sebesar 0,307 dan nilai korelasi Spearman sebesar 0,425, dengan korelasi signifikan pada level 0.01 dengan uji 2 sisi (Priyatno, 2002: 220). Nilai signifikansi dari kedua bentuk korelasi adalah 0.000 ( $p=0,000 < 0,05$ ) yang berarti bahwa Hipotesis alternatif/ kerja ( $H_a$ ) diterima atau ada hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan ketahanan mental pada masyarakat pinggir pantai sebagai daerah rawan bencana gempa-tsunami di kota Padang.

Temuan penelitian ini mendukung teori bahwa sistem nilai yang abstrak dirasakan sebagai daya dorong (motivator) atau prinsip yang menjadi pedoman hidup. Pada akhirnya, nilai memiliki pengaruh terhadap pengaturan pola tingkah laku, pola berpikir dan pola bersikap. (E.M.K. Kaswardi, dalam Jalaluddin, 2012: 319) Pola bersikap dan bertingkah laku ini tentu juga terkait dengan bagaimana individu merespon dan menghadapi serta mencari solusi terhadap berbagai persoalan hidup termasuk menghadapi bencana dan isu yang berkembang terkait bencana terkait bencana tersebut. Sikap dan emosi positif yang diperankan masyarakat terhadap kondisi yang kurang menguntungkan terhadap kehidupan

mereka tidak serta merta menjadikan hidupnya terpuruk dan tidak dapat bangkit menantang masa depan. Ajaran agama terkait keikhlasan dan kesabaran tampaknya cukup memberikan makna khusus untuk kehidupan mereka dalam merespon keadaan yang melingkupi mereka. Sehingga temuan menunjukkan bahwa nilai untuk kedua variabel penelitian dapat dikategorikan tinggi.

Secara psikologis sikap keberagamaan orang dewasa telah memiliki perspektif yang luas didasarkan atas nilai-nilai yang dipilihnya. Responden dalam penelitian ini adalah rata-rata orang yang berumur antara 21 tahun sampai 40 tahun, yang dalam ilmu psikologi perkembangan termasuk ke dalam kategori usia dewasa. Pada usia inilah secara mental keagamaan seorang pemeluk agama pada prinsipnya sudah menjadikan ajaran agama itu sebagai bagian yang mewarnai kehidupannya dan menjalankan ajaran agama tersebut sebagai wujud tanggung jawab diri. Selain itu ditinjau dari faktor yang mempengaruhi keberagamaan itu sendiri, menurut Thouless (1992), tingkat pendidikan adalah salah satu faktor yang berkontribusi terhadap keberagamaan atau religiusitas manusia. Dilihat dari persentase tingkat pendidikan subjek atau responden, mereka rata-rata menamatkan tingkat pendidikan SLTA dan banyak juga yang sedang menjalani pendidikan pada perguruan tinggi. Tentunya mereka sudah dapat dikategorikan sebagai seorang dewasa, termasuk dalam kehidupan beragama dengan memperlihatkan ciri keberagamaan yang terjadi pada usia dewasa tersebut.

Adapun ciri sikap keberagamaan manusia pada masa dewasa digambarkan oleh Jalaluddin (2005: 108-109) sebagai berikut:

1. Menerima kebenaran agama berdasarkan pertimbangan pemikiran yang matang, bukan sekedar ikut-ikutan;
2. Cenderung bersifat realis, sehingga norma-norma agama lebih banyak diaplikasikan dalam sikap dan tingkah laku;
3. Bersikap positif terhadap ajaran dan norma-norma agama, dan berusaha untuk mempelajari dan memperdalam pemahaman keagamaan;
4. Tingkat ketaatan beragama didasarkan atas pertimbangan dan tanggung jawab diri hingga sikap keberagamaan merupakan realisasi dari sikap hidup;
5. Bersikap lebih terbuka dan wawasan yang lebih luas;
6. Bersikap lebih kritis terhadap materi ajaran agama sehingga kemantapan beragama selain didasarkan atas pertimbangan pikiran, juga didasarkan atas pertimbangan hati nurani;
7. Sikap keberagamaan cenderung mengarah kepada tipe-tipe kepribadian masing-masing, sehingga terlihat adanya pengaruh kepribadian dalam menerima, memahami serta melaksanakan ajaran agama yang diyakini;
8. Terlihat adanya hubungan antara sikap keberagamaan dengan kehidupan sosial, sehingga perhatian terhadap kepentingan organisasi sosial keagamaan sudah berkembang.

Terkait dengan penerimaan terhadap kondisi yang kurang menguntungkan pada masyarakat pinggir pantai ini, sikap realistis agaknya merupakan bahagian yang memberikan sumbangan yang sangat berarti

terhadap ketahanan mental mereka. Di samping adanya kematangan pertimbangan pemikiran dalam beragama secara umum. Itulah sebabnya kenapa hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan ketahanan mental pada masyarakat pinggir pantai sebagai daerah rawan bencana gempa-tsunami di kota Padang.

### KESIMPULAN

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa nilai *religiusitas* dan ketahanan mental (resiliensi) masyarakat tergolong tinggi. Terdapat hubungan positif signifikan antara religiusitas dengan ketahanan mental pada masyarakat pinggir pantai sebagai daerah rawan bencana gempa-tsunami di Kota Padang walaupun hubungan tersebut tidak begitu erat atau kuat.

### DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Ancok, Jamaluddin, dan Fuad Nashori Suroso, *Psikologi Islami*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1995
- Arikunto, Suharsimi, 1993, *Manajemen Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Azwar, Saifuddin, 2005, *Penyusunan Skala Psikologi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, cet. VII
- Badan Pusat Statistik Kota Padang, 2014, Padang Barat dalam Angka 2014, Padang: BPS Kota Padang
- Bungin, M. Burhan, 2006, *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Komunikasi, Ekonomi dan Kebijakan Publik serta Ilmu-ilmu Sosial Lainnya*, Jakarta: Kencana

- Crapps, Robert,W, *Perkembangan Kepribadian dan Keagamaan*, (terjemahan Agus M. Hardjana), Yogyakarta: 1994
- Creswell, John W, t.th, *Research Design; Qualitative, Quantitaive, and Mixed Methods Approaches*, Los Angeles: t.th
- Dewi, Fransiska I.R, dkk,*Hubungan antara Resiliensi dengan Depresi pada Perempuan Pasca Pengangkatan Payudara (Mastektomi)*, e-Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Tarumanegara, Jakarta, 2004
- Daradjat, Zakiah, 1988, *Kesehatan Mental*, Jakarta: Haji Masagung
- \_\_\_\_\_,2005, *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: Bulan Bintang
- \_\_\_\_\_, 1992, *Ilmu Pendidikan Islam*, Jakarta: Bumi Aksara
- \_\_\_\_\_, 2002, *Psikoterapi Islami*, Jakarta: Bulan Bintang, Cet. Ke-1
- Echols, John M, dkk, 1996, *Kamus Inggris-Indonesia*, Jakarta: PT Gramedia Utama
- Fergus, S., & Zimmerman, M. (2005). *Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. Annual Review of Public Health*, (26), 399-419. Retrieved from <http://www.csun.edu/~whw2380/438>
- Hadiningsih, Tyas Triatmi,2014, *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi pada Remaja di Panti Asuhan Keluarga Yatim Muhammadiyah Surakarta*, eprints.ums.ac.id, diakses 20/09/2015
- Handayani, Nani,2013, Korelasi antara Tingkat Religiusitas terhadap Perilaku Sosial Pekerja Malam di Executive Club Yogyakarta, Skripsi publikasi
- Hartono, *Statistik untuk Penelitian*, Yogyakarta: LFS2P, 2004
- Hawari, Dadang. *Al-Qur'an, Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Dana Bhakti Primayasa. 1996
- Jaya, Yahya,1995, *Peranan Taubat dan Maaf Dalam Kesehatan Mental*, Bandung: Remaja Rosdakarya
- \_\_\_\_\_,*Psikoterapi Agama Islam*. Padang : IAIN Press. 1999
- \_\_\_\_\_. *Spiritual Islam dalam Menumbuhkembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*: Jakarta Ruhama. 1999
- Jemkhairil, 2010, *Psikoterapi Islam*, Padang: Universitas Baiturrahmah
- Nihayah, Zahrotun, dkk, *Peran Religiusitas dan Faktor-faktor Psikologis terhadap Kepuasan Pernikahan*, e-Jurnal AICIS XII
- Oktaviani, Dina, 2012, *Resiliensi Remaja Aceh yang Mengalami Bencana Tsunami* (Skripsi), Fakultas Psikologi UI, tidak diterbitkan
- Sapuri, Rafi,2009, *Psikologi Islam; Tuntunan Jiwa Manusia Modern*, Jakarta: Rajawali Press
- Sarwono, Jonathan, 2011, *Mixed Methods; Cara Menggabung Riset Kuantitatif dan Riset Kualitatif secara Benar*, Jakarta: PT Elex Media Komputindo
- Stoltz,G.P, 2000, *Adversity Quotient, Mengubah Hambatan jadi Peluang*, alih bahasa Hermaya T, Jakarta: PT Grasindo
- Sugiyono. 2008, *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Jakarta : Alfabeta. 2008

Thouless, Robert H., 1992, *Pengantar Psikologi Agama*, terj. Machnun Husein, Judul Asli: *An Introduction to the Psychology of Religion*, Jakarta: Rajawali

Winarsunu, Tulus, 2002, *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*, Malang: UMM Press,

Yeli, Salmainsi, 2012, *Psikologi Agama*, Pekanbaru, Zanafa Publishing

[http// padangkota.bps.go.id](http://padangkota.bps.go.id) *Angka Final Sensus Penduduk 2010 Kota Padang*

<http://www.csun.edu/~whw2380/438>

<http://www.jbptitbpp-gdl-ninamunawa/> diakses 14/03/2015

[http// www.padangkota.ok/diakses](http://www.padangkota.ok/diakses) 14/03/2015