

**STRATEGI COPING STRESS MAHASISWA PENGANUT AHMADIYAH  
DALAM MENGHADAPI STIGMA**

**(Studi Kasus Mahasiswa Penganut Ahmadiyah yang Berkuliah di Cirebon)**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat  
untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Sosial (S. Sos)  
pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas Usuluddin Adab dan Dakwah



**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI SYEKH NURJATI  
CIREBON  
2021 M/1443 H**

**STRATEGI COPING STRESS MAHASISWA PENGANUT AHMADIYAH  
DALAM MENGHADAPI STIGMA**

**(Studi Kasus Mahasiswa Penganut Ahmadiyah yang Berkuliah di Cirebon)**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat  
Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Sosial (S. Sos)  
pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas Usuluddin Adab dan Dakwah



**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI SYEKH NURJATI  
CIREBON  
2021 M/1443 H**

## ABSTRAK

**Zariqoh Ainnayah Silviah, NIM 1414363087: Strategi *Coping Stress Mahasiswa Penganut Ahmadiyah dalam Menghadapi Stigma (Studi Kasus Mahasiswa Penganut Ahmadiyah yang Berkuliah di Cirebon)***

Indonesia merupakan bangsa yang menghargai setiap pilihan agama atau kepercayaan yang dianut oleh setiap warganya. Perlindungan hak atas berkeyakinan, beragama, dan beribadah di Indonesia terdapat dalam berbagai dokumen resmi kenegaraan. Meski demikian, kehadiran Jemaat Ahmadiyah di Indonesia tidak direspon dengan baik oleh berbagai pihak. Dominasi kesesatan Ahmadiyah terus muncul sejak kedatangannya di Indonesia, terutama pasca orde baru di mana politik identitas dimainkan oleh para elite. Jemaat Ahmadiyah kerap mendapatkan stigma dan diskriminasi baik dari masyarakat, maupun diskriminasi struktural dalam bentuk kebijakan. Hal ini tidak saja berdampak pada kehidupan sosial di lingkungan masyarakat, tetapi juga berdampak pada lembaga pendidikan yang seharusnya menjadi ruang aman bagi warga untuk dapat memperoleh pengetahuan.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif, menggunakan pendekatan studi kasus yang dimaksudkan untuk mempelajari secara intensif tentang latar belakang masalah keadaan dan posisi suatu peristiwa yang sedang berlangsung saat ini, disertai dengan penggalian data secara mendalam yang melibatkan beragam sumber informasi yang kaya akan konteks. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik observasi, wawancara, pengamatan mendalam, dokumentasi dan *Focus Group Discussion (FGD)*. Analisis data dilakukan dengan cara *data reduction, data display, dan conclusion drawing/verification*.

Hasil penelitian ditemukan, mahasiswa Ahmadiyah ada yang menggunakan *problem focused coping* dan ada juga yang menggunakan *emotional focused coping* dalam mengatasi *stress*. Namun Mahasiswa Ahmadiyah lebih banyak menggunakan *emotional focused coping* dalam mengatasi *stress* akibat dari stigma yang dialami.

Kata kunci: *Coping, stress, mahasiswa, Ahmadiyah, stigma*

## **ABSTRACT**

**Zariqoh Ainnayah Silviah, NIM 1414363087: Stress Coping Strategies for Ahmadiyya Students in Facing Stigma (Case Study of Ahmadiyya Students Studying in Cirebon)**

*Indonesia is a nation that respects every choice of religion or belief held by every citizen. The protection of the rights to belief, religion and worship in Indonesia is contained in various official state documents. However, the presence of the Ahmadiyya Community in Indonesia was not well received by various parties. The heretical domination of the Ahmadiyah has continued to emerge since its arrival in Indonesia, especially after the New Order in which politics was played by the elites. The Ahmadiyya Congregation often gets stigma and discrimination from the community, as well as structural discrimination in the form of policies. This does not have an impact on social life in the community, but also has an impact on educational institutions which should be a safe space for citizens to gain knowledge.*

*This type of research is a qualitative research, using a case study approach that is studied intensively about the background of the current situation and an event, accompanied by in-depth data involving various sources of information that will be contextual. Data collection techniques used observation, interview, in-depth observation, documentation and Focus Group Discussion (FGD) techniques. Data analysis was carried out by means of data reduction, data presentation, and drawing conclusions/verification.*

*The results of the research, there are Ahmadiyah students who use problem focused coping and there are also those who use emotional focused coping in dealing with stress. However, Ahmadiyah students mostly use emotional focused coping in dealing with stress due to the stigma they experience.*

**Keywords:** *Coping, stress, students, Ahmadiyah, stigma*

## **PERNYATAAN OTENTITAS**

*Bismillahirrahmaanirrahiim*

Dengan ini saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Zariqoh Ainnayah Silviah

NIM : 1414363087

Judul : Strategi *Coping Stress* Mahasiswa Penganut Ahmadiyah dalam Menghadapi Stigma (Studi Kasus Mahasiswa Penganut Ahmadiyah yang Berkuliah di Cirebon)

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa penulisan skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri. Semua sumber dalam penulisan ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku dalam Pedoman Penulisan Skripsi yang berlaku di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon. Apabila skripsi ini terbukti plagiat, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon. Demikian pernyataan ini saya buat secara sadar dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Cirebon, 18 Mei 2021

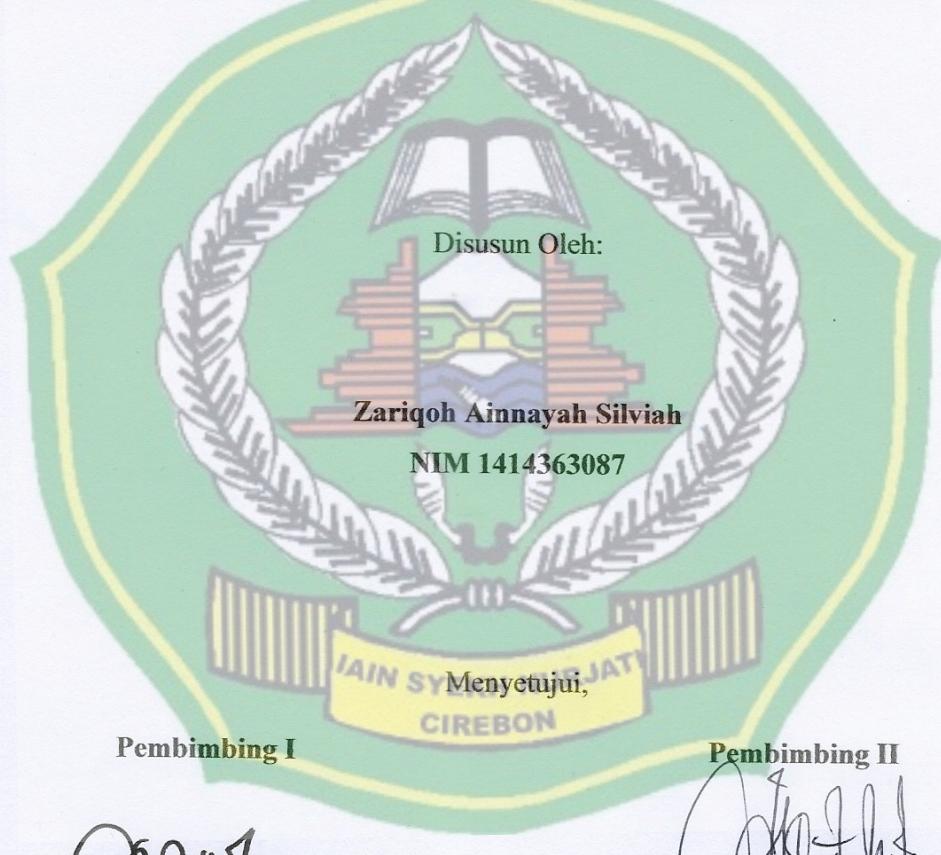
Yang membuat pernyataan



**Zariqoh Ainnayah Silviah**  
**NIM. 1414363087**

## LEMBAR PERSETUJUAN

**STRATEGI COPING STRESS MAHASISWA PENGANUT AHMADIYAH  
DALAM MENGHADAPI STIGMA (STUDI KASUS MAHASISWA  
PENGANUT AHMADIYAH YANG BERKULIAH DI CIREBON)**



Pembimbing I

Asriyanti Rosmalina, M.Ag  
NIP. 19760331 200710 2 004

Pembimbing II

Dr. Siti Fatimah, M.Hum  
NIP. 19650914 199803 2 001

## NOTA DINAS

Kepada

Yth. Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam

IAIN Syekh Nurjati Cirebon

Di Cirebon

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Setelah melakukan bimbingan, telaah, arahan, dan koreksi terhadap penulisan skripsi, berikut ini:

NAMA : ZARIQOH AINNAYAH SILVIAH

NIM : 1414363087

JUDUL : STRATEGI COPING STRESS MAHASISWA PENGANUT AHMADIYAH DALAM MENGHADAPI STIGMA (STUDI KASUS MAHASISWA PENGANUT AHMADIYAH YANG BERKULIAH DI CIREBON)

Kami berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Syekh Nurjati Cirebon untuk dimunaqosyahkan.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Cirebon, 18 Mei 2021

### Pembimbing I

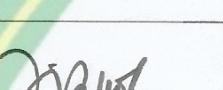
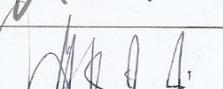
**Asriyanti Rosmalina, M.Ag**  
NIP. 19760331 200710 2 004

### Pembimbing II

**Dr. Siti Fatimah, M.Hum**  
NIP. 19650914 199803 2 001

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Strategi *Coping Stress* Mahasiswa Penganut Ahmadiyah dalam Menghadapi Stigma (Studi Kasus Mahasiswa Penganut Ahmadiyah yang Berkuliah di Cirebon)” oleh Zariqoh Ainnayah Silviah, NIM: 1414363087 telah dimunaqosyahkan pada Jumat, 28 Mei 2021 di hadapan dewan penguji dan dinyatakan lulus untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon.

Panitia Munaqosyah	Tanggal	Tanda Tangan
<b>Ketua Jurusan</b> Drs. H. Muzaki, M.Ag NIP. 19660720 199903 1 001	03 / 09 / 21	
<b>Sekretaris Jurusan</b> Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I NIP. 19830705 201101 1 014	03 / 09 / 21	
<b>Penguji I</b> Dr. Arief Rachman, S.Sos, M.Si NIP. 19690927 200003 1 003	02 / 09 / 21	
<b>Penguji II</b> Dra. Hj. Isnin Agustin Amalia, MA NIP. 19630805 198803 2 001	02 / 09 / 21	
<b>Pembimbing I</b> Asriyanti Rosmalina, M.Ag NIP. 19760331 200710 2 004	03 / 09 / 21	
<b>Pembimbing II</b> Dr. Siti Fatimah, M.Hum NIP. 19650914 199803 2 001	06 / 09 / 21	

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah



## **PERSEMBAHAN**

Tujuh tahun yang lalu, saya tidak pernah menduga bahwa saya akan lulus di tahun ke-7, dan sangat optimis bisa lulus di tahun ke-4. Satu tahun yang lalu, saya tidak pernah menduga bahwa saya bisa menyelesaikan skripsi ini. Saya sangat pesimis. Berhasil menyelesaikan skripsi ini adalah sebuah keajaiban yang datang berkat orang-orang yang menyayangi saya. Terimakasih yang sebesar-besarnya saya haturkan kepada:

1. Kedua orang tua yang sudah menunggu cukup lama kelulusan saya, skripsi ini ditujukan untuk Mimi dan Babeh.
2. Teman-teman di Forum diskusi Djalan Juang, Icome, Jaga Jari, Sofi Initiative, dan WCC Mawar Balqis terimakasih sudah mewujudkan ruang kuliah yang sesungguhnya.
3. Keluarga Besar UKM Merpati Putih, terimakasih karena telah menjadi rumah kedua saat masa-masa awal kuliah.
4. Keluarga Besar BKI-B angkatan 2014, khususnya Muhammad Miftahuddin (alm) dan Khaerudin, terimakasih sudah menjadi manusia ‘cerewet’ sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Abdul Muiz Ghazali, manusia yang diciptakan Tuhan untuk menjadi tempat sampah. Terimakasih sudah menciptakan quotes “ Tatap dadamu, siapa tau itu bukan hati, tapi kandang babi!” Terimakasih sudah menjadi dosen yang biasa-biasa saja.
6. Mba Diah Rahmawati, Indah Sri Nurmala, Mella Nialda Septriani, manusia-manusia penuh kasih yang banyak menyediakan ruang untuk berbagi. Termasuk meminjamkan laptop selama penulisan skripsi ini.
7. Orang-orang baik yang telah membantu proses penelitian: Hana Fauzia, Ahmad Khasan Basri, Nur Fauziyah, Linggar Gilang Triputra Rahmat Jati, Mohamad Azka, dan Pani Nurdiansyah terimakasih banyak.
8. Manusia yang mencipta getar pada intonasi pertama: Firdaus Habibul Rohman dengan spasi, terimakasih telah dengan sabar mendukung dan menemani penulis dalam menyelesaikan skripsi.

## RIWAYAT HIDUP



**Zariqoh Ainnayah Silviah**, lahir di Kabupaten Cirebon pada tanggal 16 Agustus 1995. Anak keempat dari 4 bersaudara ini merupakan buah kasih dari Ayahanda “**Mahmud**” dan Ibunda “**Hikmah**”. Sejak kecil penulis tinggal di sebuah desa kecil di Kabupaten Cirebon dan menempuh pendidikan Sekolah Dasar di desa tersebut yaitu SD Negeri 1 Wanasaba Lor. Penulis menempuh pendidikan Sekolah Dasar di tahun 2002 hingga tahun 2008. Penulis kemudian melanjutkan pendidikannya di SMP Negeri 1 Sumber pada tahun 2008 hingga tahun 2011. Setamat SMP penulis melanjutkan pendidikannya di SMA Negeri 1 Dukupuntang jurusan Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) dari tahun 2011 hingga tahun 2014. IAIN Syekh Nurjati Cirebon jurusan Bimbingan Konseling Islam kemudian menjadi kampus dan jurusan pilihan penulis dalam menempuh pendidikan S1. Penulis menempuh pendidikan S1 dari tahun 2014 hingga tahun 2021.

Selama kuliah di IAIN Syekh Nurjati Cirebon penulis aktif sebagai pengurus di Himpunan Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam (HIMABKI) dari tahun 2015 hingga tahun 2017 sebagai anggota divisi keilmuan dan sekretaris umum. Penulis juga aktif di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) PPS Betako Merpati Putih sebagai pengurus dan menjabat sebagai sekretaris umum pada tahun 2015 hingga tahun 2016. Penulis juga pernah menjadi relawan dan bekerja sebagai pendamping di sebuah lembaga *non profit* yang mendampingi perempuan dan anak korban kekerasan yaitu *Women's Crisis Center* (WCC) Mawar Balqis Cirebon pada tahun 2017 hingga tahun 2020. Saat ini penulis mengabdi di sebuah organisasi anak muda yang bergerak dalam isu demokrasi dan hak asasi manusia yaitu Sofi Initiative.

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang selalu melimpahkan karunia serta hidayah kepada hamba-Nya. Akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) di Jurusan Bimbingan Konseling Islam Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon. Karya ini tidak mungkin ada tanpa bantuan dari berbagai pihak yang terlibat, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Dr. H. Sumanta M.Ag Selaku Rektor Intitut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon
2. Dr. Hajam, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuludin Adab dan Dakwah Intitut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon
3. Drs. H. Muzaki,M.Ag selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Intitut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon
4. Asriyanti Rosmalina, M. Ag selaku Dosen Pembimbing I sekaigus dosen pembimbing akademik yang telah bersedia memberikan bimbingan di sela kesibukan dan aktifitasnya
5. Dr. Siti Fatimah, M.Hum M.Si selaku Dosen Pembimbing II yang telah bersedia memberikan bimbingan di sela kesibukan dan aktifitasnya
6. Seluruh dosen dan staf Jurusan Bimbingan Konseling Islam Institut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon
7. Keluarga Besar Jemaat Ahmadiyah Indonesia yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian.

Penulis menyadari skripsi ini belum maksimal. Sebagai usaha menuju kedewasaan dan kematangan berfikir, saran dan kritik konstruktif dari berbagai pihak sangat diperlukan.

Cirebon, 18 Mei 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK .....	ii
ABSTRACT .....	iii
PERNYATAAN OTENTITAS .....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
NOTA DINAS .....	vi
LEMBAR PENGESAHAN .....	vii
PERSEMBERAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	x
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat Penelitian .....	7
G. Telaah Pustaka .....	8
H. Landasan Teoritis .....	11
I. Metodologi dan Pendekatan Penelitian.....	12
1. Menentukan Sumber Data .....	13
2. Menentukan Metode Pengumpulan Data .....	13
3. Menentukan Tempat dan Waktu Penelitian .....	15

4. Menentukan Teknik Analisis Data .....	15
J. Sistematika Pembahasan .....	17

## **BAB II KAJIAN TEORI TENTANG STRESS DAN STIGMA**

A. Stress .....	19
1. Pengertian Stress .....	19
2. Teori Stress Richard S. Lazarus dan Susan Folkman .....	20
3. Penyebab Stress (Stressor) .....	21
4. Penilaian Kognitif .....	23
5. Tingkat Stress.....	26
6. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Proses Penilaian .....	27
7. Coping Stress .....	30
B. Stigma .....	38
C. Ketenangan Jiwa dan Tekanan Psikologis dalam Islam .....	39

## **BAB III PROBLEM MENDASAR YANG DIALAMI MAHASISWA AHMADIYAH**

A. Sejarah Ahmadiyah .....	43
B. Riwayat Stigma dan Dampak yang Terjadi .....	46
C. Suka Duka Jemaat Ahmadiyah dan Mahasiswa Penganut Ahmadiyah yang berkuliah di Cirebon.....	48

## **BAB IV STRATEGI COPING STRESS MAHASISWA PENGANUT AHMADIYAH DALAM MENGHADAPI STIGMA**

A. Mengapa Ahmadiyah Mendapatkan Stigma .....	52
B. Stigma yang Dialami Mahasiswa Ahmadiyah yang Berkuliah di Cirebon .....	54
C. Kondisi Psikologis Mahasiswa Ahmadiyah yang Berkuliah di Cirebon .....	57
D. Strategi <i>Coping Stress</i> Mahasiswa Penganut Ahmadiyah dalam Menghadapi Stigma .....	62

## **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	68
B. Saran.....	69

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

