



Peran *Religious Coping* terhadap *Psychological Distress* pada Mahasiswa: *Scooping Review*

Qurraotu Ayun¹, Taufik², Lisnawati Ruhaena³

^{1,2,3}Psychology, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

Article Info

Received:

02 Desember 2023

Accepted:

17 Juni 2024

Published:

25 Mei 2024

Abstract. Psychological distress is a common problem experienced by students characterized by two main symptoms, namely anxiety and depression. One way to reduce symptoms of psychological distress is to use religious coping. The purpose of this study is to review literature studies on the role of religious coping on psychological distress. This study used a scooping review method based on PRISMA guidelines and article searches through three databases, namely scopus, sciencedirect and tandfonline. The search used the keywords religious coping, psychological distress and student college. Articles were selected from publications from 2012-2023, open access and in English. The results obtained 12 relevant articles on the role of religious coping on psychological distress in college students. Overall, the results of the analysis stated that religious coping was negatively correlated with symptoms of psychological distress. Students' background (country of origin, religion, factors causing psychological distress) also affect the use of religious coping.

Keywords: religious coping, psychological distress, student college

Abstrak. *Psychological distress* atau tekanan psikologis adalah permasalahan umum yang dialami oleh mahasiswa ditandai dua gejala utama yaitu kecemasan dan depresi. Salah satu cara untuk mengurangi gejala *psychological distress* adalah menggunakan *religious coping*. Tujuan dalam penelitian ini adalah melakukan review studi literatur mengenai peran *religious coping* terhadap *psychological distress*. Penelitian ini menggunakan metode *scooping review* berdasarkan petunjuk PRISMA dan penelusuran artikel melalui tiga database yaitu *scopus*, *sciencedirect* serta *tandfonline*. Pencarian menggunakan kata kunci *religious coping*, *psychological distress* serta *student college*. Artikel dipilih dari publikasi kurun waktu 2012-2023, *open access* serta berbahasa inggris. Hasil penelitian didapatkan 12 artikel yang relevan mengenai peran *religious coping* terhadap *psychological distress* pada mahasiswa. Secara keseluruhan, hasil analisis menyebutkan bahwa *religious coping* berkorelasi negatif dengan gejala *psychological distress*. Latar belakang mahasiswa (asal negara, agama, faktor penyebab *psychological distress*) juga mempengaruhi penggunaan *religious coping*.

Kata kunci: religious coping, psychological distress, student college

Copyright © 2024 The Author(s). Published by Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Indonesia. This is an Open Access article under the CC BY 4.0 license

* Corresponding author: Qurraatu Ayun
E-mail: Qurraatu_ayun@yahoo.com

Pendahuluan

Isu mengenai kesehatan mental sampai saat ini masih menjadi permasalahan yang dialami dari usia anak-anak, remaja hingga dewasa. Data dari riskesdas, 2018 menyebutkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional sebanyak 20.480.227 atau 9,8 % dari jumlah penduduk yang ada di Indonesia. Dari data tersebut diperkirakan satu dari 15 orang usia 15 tahun ke atas mengalami gangguan mental emosional. Prevalensi gangguan depresi sebanyak 12.747. 896 orang. Diperkirakan satu dari 16 orang usia 15 tahun ke atas mengalami depresi (kesmas.kemkes.go.id). UU No. 17 Tahun 2023 menyebutkan bahwa kesehatan mental merupakan bagian dari kesehatan. Upaya untuk mencapai kesehatan jiwa yang optimal harus dilakukan secara promotive, preventif, kuratif dan rehabilitative. Permasalahan mental menjadi urutan ke tujuh ke atas pada

anak-anak, remaja dan usia produktif sebagai beban kesehatan. Kasus bunuh diri dilaporkan sebanyak 826 kasus pada tahun 2022.

Mahasiswa menghadapi tantangan beradaptasi dengan perubahan sosial serta tuntutan akademis. Pendidikan tinggi di universitas dianggap sebagai fase transisi sebelum memasuki karir profesional. Mahasiswa diharapkan dapat menyeimbangkan perubahan dinamika sosial dan performa akademik. Harapan yang tinggi dapat menyebabkan kondisi yang menegangkan dan berdampak terhadap kesehatan fisik dan psikologis. Hasil survei kesehatan dan morbiditas nasional menunjukkan bahwa prevalensi masalah kesehatan mental di kalangan individu dewasa di Malaysia menunjukkan tren yang meningkat; dari 10,7% pada tahun 1996 menjadi 29,2% pada tahun 2015. Dalam survei tersebut, prevalensi anak muda Malaysia yang menderita masalah kesehatan mental antara usia 16-19 tahun dan usia 20-24 tahun masing-masing adalah 34,7% dan 32,1%, dengan kedua kelompok usia tersebut menempati dua posisi teratas dibandingkan dengan kelompok usia lainnya. Depresi, kecemasan, dan stres adalah tiga masalah psikologis yang paling umum di kalangan mahasiswa (Rashid et al., 2021).

Terdapat dua faktor yang mempengaruhi tekanan psikologis yaitu faktor intrapersonal dan faktor situasional. Faktor intrapersonal adalah tipe kepribadian yang dimiliki oleh individu. Faktor situasional adalah pengalaman atau peristiwa yang menyerang kesejahteraan individu. Faktor situasional terbagi menjadi tiga yaitu fisiologis, kognitif serta sosial (Azzahrah, 2017). *Psychological distress* menurut mirowsky and ross, 1989 adalah sebuah keadaan subjektif yang tidak menyenangkan. *psychological distress* memiliki dua bentuk utama, yaitu depresi dan kecemasan. Depresi memiliki ciri-ciri seperti merasa sedih, kesepian, putus asa atau merasa tidak berharga, berharap mati, sulit tidur, dan tidak mampu untuk memulai sesuatu. Kecemasan memiliki ciri-ciri seperti tegang, gelisah, khawatir, mudah marah, dan ketakutan (Maharani, 2021).

Psychological distress meliputi kondisi stres yaitu meningkatnya frekuensi ketegangan, agitasi, dan pengaruh negatif diikuti oleh kecemasan yaitu gairah otonom, hiperarousal fisiologis, dan perasaan takut subjektif dan depresi (keputusan, harga diri rendah, dan afek positif rendah) (Qodariah, 2020). Salah satu cara untuk mengurangi gejala *psychological distress* adalah menggunakan *religious coping*. *Religious Coping* didefinisikan sebagai penggunaan sumber daya keagamaan seperti institusi, keyakinan, sikap, dan praktik untuk mengurangi tekanan emosional yang disebabkan oleh peristiwa kehidupan yang tidak menyenangkan. *Religious coping* terdapat dua jenis yaitu *religious coping positif* dan *religious coping negative*. *Religious coping positif* mencerminkan hubungan yang aman dengan Tuhan, memiliki makna yang lebih besar, keterhubungan dengan orang lain serta kemampuan adaptasi yang lebih baik terhadap penyakit mental. *Religious coping positif* dikaitkan dengan kesejahteraan yang lebih baik serta berbanding terbalik dengan psikopatologi (Birhan & Eristu, 2023).

Agama bertindak sebagai orientasi filosofis penting yang mempengaruhi cara orang memahami dunia dalam memahami realitas serta penderitaan (Pargament, 1997). Secara umum, penelitian telah menemukan bahwa keyakinan dan praktik keagamaan berhubungan dengan penanggulangan stres yang lebih baik dan lebih sedikit depresi, bunuh diri, kecemasan, substansi pelecehan, serta pemulihan lebih cepat dari episode depresi. (Garssen et al., 2021) melakukan metaanalisis untuk mengetahui dampak positif longitudinal dari agama tentang kesehatan mental dalam kaitannya dengan kepuasan hidup, kesejahteraan, dan kualitas hidup (Blázquez & Sánchez-Mangas, 2023).

Serangkaian mekanisme psikologis potensial efek kausal agama antara lain: Pertama, agama memberi individu keterampilan mengatasi masalah yang berharga untuk memahami penderitaan serta membantu menetralkan emosi negatif. Kedua, agama mampu memberikan praktik gaya hidup (istirahat, perhatian, moderasi), menyediakan individu dukungan sosial (karena rasa memiliki dan diperhatikan oleh kelompok), membantu penganutnya untuk mengembangkan kerangka kognitif untuk membantu mengatasi kesulitan hidup. Ketiga, agama memperkuat *locus of control* internal penganutnya, sehingga memungkinkan mereka untuk bereaksi lebih positif terhadap situasi buruk. Keyakinan agama yang meliputi praktik keagamaan seperti meditasi dapat meringankan sikap yang merusak, mengurangi stres dan kecemasan, meningkatkan kontrol diri, meningkatkan perasaan aman, serta meningkatkan kepercayaan diri (Behere et al., 2013).

Positive religious coping menghasilkan hubungan yang saling percaya dan aman dengan Tuhan yang penuh kasih dan dukungan. Individu yang menjaga *positive religious coping* merasa terhubung secara harmonis dengan Tuhan dan menopang hubungan kolaboratif dengan Tuhan (Desmet et al., 2022). *Religious coping* dapat didefinisikan sebagai keyakinan atau perilaku yang digunakan untuk menangani masalah ketika keadaan buruk melebihi batas sumber daya (Lee et al., 2014). Menurut teori coping disposisional dan situasional, individu cenderung merespons pemicu stres dengan strategi coping yang lebih disukai dan relatif konsisten dalam berbagai situasi. *Religious coping* telah dikonseptualisasikan dalam istilah disposisi atau sifat yang menggambarkan sejauhmana keyakinan seseorang terlibat dalam proses pemecahan masalah. Individu yang menggunakan *positive religious coping* dianggap lebih mampu menyesuaikan diri dan mengatasi stresor kehidupan. Memiliki tingkat ketahanan yang tinggi terhadap depresi dan gangguan kecemasan (Mahamid & Bdier, 2021)

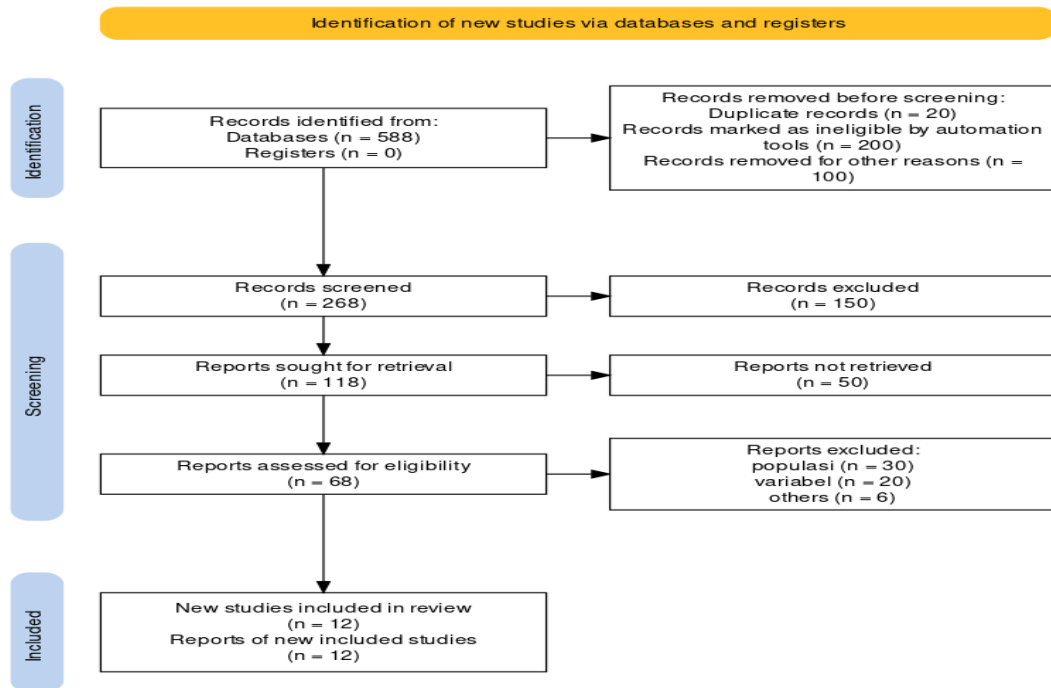
Keterlibatan agama memainkan peran penting dalam membantu individu mengatasi dampak tekanan hidup (Agbaria 2014). *Positive religious coping* dikaitkan dengan mental dan sosial yang lebih baik secara keseluruhan. Pergulatan agama ditemukan berkorelasi positif dengan gejala depresi di kalangan orang dewasa Amerika (Abu-Raiya & Pargament, 2015). (Areba et al., 2018) meneliti hubungan antara *positive religious coping* dan *negative religious coping* dengan gejala depresi dan kecemasan, kesejahteraan fisik dan emosional di kalangan mahasiswa Somalia di Minnesota. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *positive religious coping* berkorelasi dengan penurunan gejala depresi. (Rosmarin et al., 2013) menemukan bahwa *positive religious coping* dikaitkan dengan penurunan depresi dan kecemasan serta peningkatan kesejahteraan. (Kopacz et al., 2016) menemukan bahwa *negative religious coping* berhubungan dengan risiko bunuh diri dan pikiran untuk bunuh diri. Di sisi lain, hasil penelitian menunjukkan bahwa *positive religious coping* berhubungan dengan tingkat kesejahteraan psikologis dan kesejahteraan yang lebih tinggi serta tingkat depresi yang lebih rendah (Ahrens et al. 2010)".

Pargament mengembangkan pendekatan *religious coping* (Pargament 1997) berdasarkan teori coping dan stres Lazarus dan Folkman (Lazarus dan Folkman 1984). Ketika individu menghadapi stres dalam hidupnya, mereka menggunakan faktor-faktor seperti agama, spiritualitas, nilai-nilai, dan budaya sebagai mekanisme penanggulangan (Ellison et al. 1989; Lazarus dan Folkman 1984; Pargament 1997). Menurut Pargament (1997), teknik *religious coping* memediasi hubungan antara kecenderungan keagamaan umum seseorang dan konsekuensi dari peristiwa kehidupan yang kritis. Dalam kasus peristiwa yang penuh tekanan, keyakinan umum harus diubah menjadi sarana spesifik untuk mengatasi masalah atau coping. Strategi penanggulangan seperti ini mempunyai dampak langsung yang paling besar kesehatan individu selama keadaan sulit (Pargament 1997).

Hasil analisis dari 12 artikel didapatkan informasi sembilan artikel menyebutkan *religious coping positif* berdampak terhadap penurunan gejala *psychological distress* (Aggarwal et al., 2023; Areba et al., 2018; Chow et al., 2021; Khan et al., 2016; Mallhi et al., 2023; Mancini et al., 2023; Rashid et al., 2021; Terreri & Glenwick, 2013; Vitorino et al., 2018). sedangkan tiga artikel lainnya menyebutkan bahwa *religious coping* tidak berperan terhadap *psychological distress* (Abu-Raiya et al., 2019a, 2020; Magin et al., 2021). Hal ini disebabkan karena penggunaan skala yang berbeda untuk mengukur *religious coping*. Selain itu, *religious coping* hanya berperan sebagai penyangga antara stress dan kesehatan mental. Dari hasil penelusuran juga ditemukan jumlah literatur masih sangat sedikit terkait *religious coping* dan *psychological distress* pada subjek mahasiswa. *Religious coping* lebih banyak ditemukan pada subjek penelitian dengan penyakit berat seperti HIV, cancer, veteran, lansia serta penyandang disabilitas. *Psychological distress* pada mahasiswa lebih banyak dikaitkan dengan psikoterapi non agama seperti Teknik CBT, *social support* serta pandemic covid 19. Peneliti tertarik melakukan studi literatur mengenai *psychological distress* pada mahasiswa dikaitkan dengan *religious coping* karena kondisi *psychological distress* yang disebabkan oleh berbagai faktor banyak dialami oleh mahasiswa. dari hasil penelitian juga menyebutkan bahwa *religious coping* berperan terhadap penurunan gejala psikologis terkait Kesehatan mental. Pertanyaan dalam penelitian ini adalah bagaimana peran *religious coping* terhadap *psychological distress* pada mahasiswa.

Metode

Desain penelitian ini menggunakan *scoping review* berdasarkan petunjuk PRISMA (Ambalao & Paoki, 2022). Pencarian literatur dilakukan pada bulan November 2023. Penelitian mencari artikel jurnal dengan menelusuri database *Scopus*, *Science Direct* serta *tandfonline*. Pencarian artikel menggunakan kata kunci “*religious coping*”, and “*psychological distress*”, and “*student college*” pada judul dan abstrak artikel.



Gambar 1. Bagan alur review literatur menggunakan metode PRISMA

Untuk kriteria inklusi dan eksklusi menggunakan metode PICO (Methley et al., 2014)

Tabel 1.
Kriteria inklusi dan eksklusi

No	Kriteria	Inklusi	Eksklusi
1	P	Subjek penelitian berfokus pada mahasiswa	Subyek penelitian selain mahasiswa
2	I	Penggunaan skala untuk mengukur <i>religious coping</i> dan <i>Psychological distress</i> (Depress & Kecemasan)	Penggunaan variabel atau alat ukur selain <i>religious coping</i> dan <i>psychological distress</i>
3	C	Tidak ditetapkan kriteria perbandingan pada inklusi	Tidak ditetapkan kriteria perbandingan pada inklusi
4	O	Mengetahui peran atau korelasi <i>religious coping</i> dengan <i>psychological distress</i>	Tidak menjelaskan peran/korelasi <i>religipus coping</i> dengan <i>psychological distress</i>

Hasil

Hasil telaah yang ditemukan dapat dilihat dalam tabel 2:

Tabel 2:

Hasil analisis

No	Peneliti	Metode	Variabel	Alat Ukur		Hasil
				CR	PD	
1	Christopher, 2023	Kuantitatif Mahasiswa, 638,>18	Religiosity, spirituality, mental health	Brief Multidimensional Measurement of Religiousness/Spirituality (BMMRS)	Depression Anxiety and Stress scale (DASS-21)	Partisipan dengan skor kesehatan mental yang buruk (DASS-21 tinggi) secara umum memiliki coping religius yang rendah
2	Judith Appel, (2019)	E. Kuantitatif, mahasiswa, 189, 18-25	Meaning system, stressful life, religiosity tension	Brief Multidimensional Measurement of Religiousness/Spirituality (BMMRS) & Religious Coping Scale (RCOPE)	PTSD Checklist - Civilian (PCL-C)	Individu yang memiliki persepsi positif terhadap Tuhan menganggap bahwa tekanan atau kondisi stress psikologis merupakan hukuman dari Tuhan karena pelanggaran. Senaliknya, individu yang memiliki persepsi negative terhadap Tuhan dan mengalami tekanan maka akan memperkuat citra negative terhadap Tuhan.
3	Hisham Abu-Raiya, (2018)	Komparatif cross sectional, Mahasiswa Israel/Palestine, Turkey and Malaysia 706, 22.6	Demographic, positif religious coping, satisfaction with life, negative symptom	Psychological Measure of Islamic Religiousness (PMIR)	10 items Depressive Symptom Measurement of the Center for Epidemiological Studies-Depression Scale	Koping religius tidak berdampak pada kesehatan mental seseorang, karena peran coping religius positif adalah sebagai penyangga antara stres dan kesehatan mental.
4	Hisham Abu-Raiya, (2020)	Kuantitatif, warga yahudi muslim 486, 18-94	Religious coping, satisfaction with life, negative symptom	Brief RCOPE	10 items version Depressive Symptom Measurement of the Center for Epidemiological Studies-Depression Scale	Koping religius positif tidak berkorelasi dengan gejala depresi namun berkorelasi positif dengan kepuasan hidup
5	Benedict Francis, dkk, (2019)	Kuantitatif, mahasiswa kedokteran, 622	Religious coping, socio demographic factor, anxiety, depressive symptom	Malay version of Brief COPE	Malay version of Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS)	Agama tidak berkorelasi dengan gejala depresi dan kecemasan dalam populasi ini, namun mahasiswa muslim menunjukkan bahwa coping religius

berkorelasi dengan gejala depresi dan kecemasan.

6	Tauqeer Husain Malhi, (2022)	Kuantitatif, mahasiswa, 1074, 17-29	Psychological health, coping strategies	BriefCOPE	Generalized Anxiety Depression Scale (GAD-7), Patient Health Questionnaire (PHQ-9), Impact Of Event Scale-Revised (IER-R)	Sepertiga dari mahasiswa memiliki tingkat psychological distress yang tinggi (menengah hingga akut). Coping religius adalah metode coping yang paling banyak digunakan untuk mengurangi gejala psychological distress.
7	Ziasma Haneef Khan, (2016)	Kuantitatif, mahasiswa, 2017, 22.7	Personal distress, religious coping	Gorsuch and McPherson (1998), BriefCOPE	Hopelessness Scale (Beck, et.al, 1974), Costello and Comrey (1967)	coping religius berkorelasi positif dengan psychological distress, ketika spiritualitas rendah hasilnya individu rentan mengalami psychological distress begitu pula sebaliknya.
8	Paul Youngbin Kim(2017)	Kuantitatif, mahasiswa, 169	Mental health, religious coping	BriefCOPE	The Mental Health Inventory (Veit & Ware, 1983)	Koping religius berperan dan berkorelasi terhadap Kesehatan mental (psychological distress)
9	Laura P. Kohn-Wood,(2012)	Kuantitatif, mahasiswa, 467, 18-24	Religious coping, depressive symptom	Religious Problem-Solving Scale	Center of Epidemiologic al Studies Depression Scale (CES-D)	Penggunaan coping religius dipengaruhi oleh ras, ras hitam lebih banyak mengadopsi coping religius dibandingkan ras putih dalam mengurangi gejala psychological distress.
10	Zachary E. Magin, (2021)	Kuantitatif, mahasiswa, 623	Believe in God, Psychological distress	Rohrbaugh and Jessor ReligiosityScale , Attitude toward God Scale-9, BriefCOPE	DASS-21	Individu yang menggunakan coping religius memiliki tingkat depresi dan kecemasan yang lebih rendah.
11	Mohd Hazreen Abdul Rashid, dkk(2021)	Kuantitatif deskriptif, mahasiswa, 467, 18-25	Psychological distress, religious coping	BriefCOPE	DASS-21, HIRS96	Koping religius berkorelasi dengan gejala depresi dan kecemasan.
12	Cydney J. Terreri, David S. Glendwick (2012)	Kuantitatif. Siswa kelas 9-12, 587	Stress, religious coping, mental health	Brief RCOPE, Coping Scale for Children and Youth (CSCY)	Perceived Stress Scale (PSS), Brief Symptom Inventory-18 (BSI-18), PANAS-C, SWLS	Hasil penelitian menunjukkan bahwa coping religius memiliki korelasi yang signifikan dengan indikator kesehatan mental.

Sebanyak 12 artikel menjelaskan hubungan serta peran *religious coping* terhadap *psychological distress* pada mahasiswa. Metode penelitian yang digunakan antara lain menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional, kuantitatif komparasi serta kuantitatif deskriptif. Subjek penelitian yang termasuk dalam penelitian ini adalah mahasiswa kedokteran, mahasiswa muslim (Israel/palestina, turki dan Malaysia), mahasiswa Kristen Amerika, mahasiswa kulit hitam dan kulit putih, mahasiswa di Saudi Arabia, mahasiswa muslim Pakistan serta mahasiswa dari berbagai latar belakang agama. Variabel yang termasuk dalam penelitian ini adalah *religious coping*, *satisfaction life*, serta *depresi dan anxiety*. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *religious coping* antara lain menggunakan *BriefCOPE*, *Multidimensional Measurement of Religiousness/Spirituality (BMMRS)*, *Psychological Measure of Islamic Religiousness (PMIR)* serta *skala Religious Problem-Solving Scale*. Alat ukur untuk *psychological distress* (kecemasan dan depresi) pada mahasiswa menggunakan *Depression Anxiety and Stress scale (DASS-21)*, *PTSD Checklist _ Civilian (PCL-C)*, *10 items Depressive Symptom Measurement of the Center for Epidemiological Studies-Depression Scale*, *Malay version of Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS)*, *Generalized Anxiety Depression Scale (GAD-7)*, *Patient Health Questionnaire (PHQ-9)*, *Impact Of Event Scale-Revised (IER-R)*, *Hopelessness Scale (Beck, et.al, 1974)*, *Costello and Comrey (1967)*, *The Mental Health Inventory (Veit & Ware, 1983)*, *Center of Epidemiological Studies Depression Scale (CES-D)* serta *DASS-21, HIRS96*.

Pembahasan

Faktor yang menyebabkan *psychological distress* pada mahasiswa dari artikel ini antara lain; pada mahasiswa kedokteran, permasalahan umum yang dialami adalah adanya beban akademik yang cukup berat sehingga menimbulkan depresi dan kecemasan. Pada mahasiswa muslim palestina adalah terkait stress akibat konflik yang ada di Gaza. Pada mahasiswa kulit putih dan kulit hitam mengenai rasisme. Pada mahasiswa muslim pakistan terkait dengan terorisme. Pada mahasiswa umum lainnya adanya indikasi terkait dengan kecemasan, depresi hingga keinginan untuk bunuh diri. Prevalensi gejala depresi dan kecemasan pada mahasiswa di lingkungan Fakultas Kedokteran di sebuah universitas lokal di Malaysia lebih rendah dibandingkan dengan penelitian lokal dan internasional yang telah dilakukan sebelumnya (Francis et al., 2019). Prevalensi gejala depresi dan kecemasan di negara penelitian ditemukan masing-masing sekitar 17% dan 5%. Studi yang dilakukan di luar negeri menyimpulkan prevalensi depresi dan kecemasan di kalangan mahasiswa kedokteran berkisar antara 1,4–73,5% dan 28–85%. Menariknya, data prevalensi kecemasan dan depresi dari penelitian ini lebih rendah dibandingkan data global. Salah satu kemungkinan alasannya adalah karena sifat kedokteran yang paternalistik dan hierarkis dipraktekkan di wilayah Asia, penyakit mental sering dianggap sebagai tanda kelemahan, siswa mungkin kurang melaporkan gejala mereka. Mengingat sampel diperoleh dari institusi kedokteran terkemuka, mahasiswa kedokteran yang berpartisipasi lebih tangguh dan memiliki mekanisme coping yang lebih baik dibandingkan dengan mahasiswa kedokteran lainnya.

Pada mahasiswa muslim menunjukkan bahwa (a) penggunaan *positive religious coping* pada orang Malaysia memiliki skor yang lebih tinggi secara signifikan dibandingkan dengan orang Palestina dan Turki; (b) *positive religious coping* berkorelasi dengan kepuasan hidup tetapi tidak berkorelasi dengan gejala depresi (c) besarnya korelasi antara kepuasan hidup secara signifikan lebih tinggi di antara orang Malaysia dibandingkan dengan orang Palestina dan Turki (Abu-Raiya et al., 2019b). Pada penelitian lain yang dilakukan pada 486 orang Yahudi dan Muslim Israel untuk meneliti fenomena *religious coping* di antara sampel Israel akibat perang Gaza mengungkapkan bahwa: dengan modifikasi yang relatif kecil, Brief RCOPE, yang digunakan untuk menilai *religious coping* memiliki struktur dua faktor yang sama di antara orang Israel, baik Yahudi maupun Muslim; (2) *positive religious coping* dan negatif berkorelasi secara moderat, tetapi hubungannya bervariasi menurut afiliasi agama (mis, Muslim vs Yahudi) dan definisi diri religius (sekuler vs tradisional vs religius); (3) *negative religious coping* berhubungan dengan kepuasan hidup yang lebih rendah dan gejala depresi yang lebih tinggi, sedangkan *positive religious coping* tidak berhubungan dengan satupun ukuran hasil; (4) afiliasi religius dan definisi diri religius muncul sebagai moderator hubungan antara *positive religious coping* dengan kepuasan hidup, dan definisi diri religius sebagai moderator antara *negative religious*

coping dengan kepuasan hidup, dan; (5) tidak ada afiliasi religius atau definisi diri religius yang memoderatori hubungan antara kedua jenis *religious coping* dan gejala depresi (Abu-Raiya et al., 2020).

Pada sampel mahasiswa Kristen Amerika keturunan Asia dengan menggunakan konseptualisasi dan penilaian tentang *religious coping* sebagai mediator terhadap kecemasan, depresi, dan kesejahteraan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipan Asia-Amerika cenderung bergantung pada jenis *religious coping* tertentu daripada yang lain, dan bahwa beberapa strategi *religious coping* memiliki efek yang merusak pada kesehatan mental (misalnya, secara positif berhubungan dengan rasisme dan gejala-gejala kesusahan), sedangkan strategi yang didukung lainnya memiliki peran fasilitatif terhadap kesehatan mental. Penelitian ini merupakan penelitian empiris yang bersifat cross-sectional mengenai pengalaman rasisme mahasiswa Asia Amerika, berbagai strategi penanggulangan religius untuk mengatasi pengalaman tersebut, dan hasil psikologis terkait kecemasan, depresi, dan kesejahteraan. (Kim, 2017).

Prevalensi *psychological distress* di kalangan mahasiswa serta faktor yang menyebabkan menyebutkan terdapat hubungan yang signifikan secara konsisten antara *negative religious coping* dengan gejala kecemasan dan depresi. Konsisten dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan di antara sampel muslim, *positive religious coping* tidak secara signifikan terkait dengan hasil psikologis yang lebih baik meskipun hanya ada efek kecil yang diamati terhadap gejala depresi (Rashid et al., 2021). Pada penelitian lain yaitu kesehatan psikologis dan *coping strategy* di kalangan mahasiswa dari sebuah institusi pendidikan tinggi di Arab Saudi. Hasil penelitian menunjukkan tingginya prevalensi gangguan psikologis di kalangan mahasiswa, di mana sepertiga dari mahasiswa mengalami kecemasan umum, depresi sedang hingga berat, dan keinginan untuk bunuh diri. Lebih dari seperempat populasi penelitian mendapat skor ≥ 33 pada Skala IES-R, yang mengindikasikan adanya proporsi yang besar dari mahasiswa yang mengalami PTSD. Kecemasan, depresi, dan PTSD tidak terkait dengan demografi peserta penelitian. Penanganan religius/spiritual dan penerimaan adalah mekanisme adaptasi tertinggi untuk mengurangi masalah psikologis, sementara penggunaan narkoba adalah yang paling sedikit diadopsi tetapi dipraktikkan di sejumlah besar mahasiswa (Mallhi et al., 2022).

Pada Mahasiswa Muslim Pakistan (N = 207) menunjukkan reaksi tekanan pribadi, tekanan publik, dan kekalahan pribadi terhadap terorisme. Ketiga reaksi tersebut memprediksi kesehatan mental yang lebih buruk dengan kekalahan pribadi yang secara khusus terganggu dalam implikasi penyesuaiannya. Sejalan dengan asumsi teori coping, skor pada skala *negative religious coping* berkorelasi positif dengan *personal distress* dan *personal defeat*. Namun, *positive religious coping*, spiritualitas, religiusitas pengalaman muslim, dan orientasi religiusitas pribadi intrinsik dan ekstrinsik menunjukkan hubungan yang positif. religiusitas pengalaman muslim memoderasi hubungan antara *positive religious coping* dengan tekanan publik. Ketika spiritualitas tinggi, hubungan ini bersifat negatif. Ketika spiritualitas rendah, hubungan tersebut menjadi positif. Data ini mendokumentasikan dampak negatif dari terorisme terhadap masyarakat Pakistan dan menunjukkan bahwa komitmen keagamaan muslim memiliki peran penting dalam melawan pengaruh tersebut (Khan et al., 2016).

Tingkat kepercayaan kepada Tuhan terkait dengan tiga indeks tekanan psikologis (depresi, kecemasan, dan stres) pada sampel mahasiswa sarjana (N = 632) dengan berbagai identitas agama untuk mengevaluasi hubungan linier dan lengkung antara kepercayaan kepada Tuhan dan *psychological distress* dan menguji jalur mediasi potensial untuk hubungan linier. Temuan menunjukkan bahwa kepercayaan kepada Tuhan berhubungan negatif secara linier dengan depresi; hubungan ini sepenuhnya dimediasi oleh makna hidup, perasaan terhibur oleh Tuhan, penanggulangan religius yang positif, penilaian ulang yang positif, dan penanggulangan penggunaan narkoba. Sebaliknya, kepercayaan kepada Tuhan secara lengkung berhubungan dengan kecemasan tetapi tidak berhubungan dengan stres. Hasil ini menunjukkan bahwa kekuatan dan kepastian kepercayaan kepada Tuhan penting dalam memahami hubungan agama dengan *psychological distress* (Magin et al., 2021).

Kesimpulan

Hasil analisis dari artikel mengenai peran *religious coping* terhadap *psychological distress* pada mahasiswa ditemukan bahwa latar belakang mahasiswa seperti (mahasiswa kedokteran, mahasiswa muslim (Israel/palestina, turki dan Malaysia), mahasiswa Kristen Amerika, mahasiswa kulit hitam dan kulit putih, mahasiswa di Saudi Arabia, mahasiswa muslim Pakistan serta mahasiswa dari berbagai latar belakang agama)

menentukan seberapa besar penggunaan coping religius dalam mengurangi gejala *psychological distress* (kecemasan dan depresi). Mahasiswa muslim Malaysia memiliki skor yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa muslim di Israel/Palestina. Penggunaan coping religius pada mahasiswa Kristen Amerika tidak terlalu berdampak terhadap penurunan gejala *psychological distress*. Secara keseluruhan, dari hasil analisis menyebutkan bahwa *religious coping* berkorelasi negative dengan penurunan gejala *psychological distress*.

Daftar Pustaka

- Abu-Raiya, H., Aytan, A., Tekke, M., & Agbaria, Q. (2019a). On the links between positive religious coping, satisfaction with life and depressive symptoms among a multinational sample of Muslims. *International Journal of Psychology*, 54(5), 678–686. <https://doi.org/10.1002/ijop.12521>
- Abu-Raiya, H., Aytan, A., Tekke, M., & Agbaria, Q. (2019b). On the links between positive religious coping, satisfaction with life and depressive symptoms among a multinational sample of Muslims. *International Journal of Psychology*, 54(5), 678–686. <https://doi.org/10.1002/ijop.12521>
- Abu-Raiya, H., & Pargament, K. I. (2015). Religious coping among diverse religions: Commonalities and divergences. *Psychology of Religion and Spirituality*, 7(1), 24–33. <https://doi.org/10.1037/a0037652>
- Abu-Raiya, H., Sasson, T., Pargament, K. I., & Rosmarin, D. H. (2020). Religious coping and health and well-being among jews and muslims in Israel. *International Journal for the Psychology of Religion*, 30(3), 202–215. <https://doi.org/10.1080/10508619.2020.1727692>
- Aggarwal, S., Wright, J., Morgan, A., Patton, G., & Reavley, N. (2023). Religiosity and spirituality in the prevention and management of depression and anxiety in young people: a systematic review and meta-analysis. In *BMC psychiatry* (Vol. 23, Issue 1, p. 729). <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05091-2>
- Ambalao, S., & Paoki, R. (2022). Women leadership in millennial era: PRISMA Method. *Literatus*, 4(3), 1017–1021.
- Areba, E. M., Duckett, L., Robertson, C., & Savik, K. (2018). Religious coping, symptoms of depression and anxiety, and well-being among somali college students. *Journal of Religion and Health*, 57(1), 94–109. <https://doi.org/10.1007/s10943-017-0359-3>
- Azzahrah, F. (2017). Pengaruh resiliensi terhadap distress psikologis mahasiswa. *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)*, 2(1), 2–6. http://i-lib.ugm.ac.id/jurnal/download.php?dataId=2227%0A???%0Ahttps://ejournal.unisba.ac.id/index.php/kajian_akuntansi/article/view/3307%0Ahttp://publicacoes.cardiol.br/portal/ijcs/portugues/2018/v3103/pdf/3103009.pdf%0Ahttp://www.scielo.org.co/scielo.ph
- Behere, P. B., Das, A., Yadav, R., & Behere, A. P. (2013). Religion and mental health. *Indian Journal of Psychiatry*, 55(SPEC. SUPPL.). <https://doi.org/10.4103/0019-5545.105526>
- Birhan, B., & Eristu, N. (2023). Positive religious coping and associated factors among participants with severe mental illness attending felege hiwot comprehensive specialized hospital, bahir dar, ethiopia, 2021. *Psychology Research and Behavior Management*, 16(August), 2931–2941. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S421684>
- Blázquez, M., & Sánchez-Mangas, R. (2023). General and COVID19-specific emotional stress: Religious practice as a potential coping strategy. *Economics and Human Biology*, 51(February). <https://doi.org/10.1016/j.ehb.2023.101284>
- Chow, S. K., Francis, B., Ng, Y. H., Naim, N., Beh, H. C., Ariffin, M. A. A., Yusuf, M. H. M., Lee, J. W., & Sulaiman, A. H. (2021). Religious coping, depression and anxiety among healthcare workers during the covid-19 pandemic: A malaysian perspective. *Healthcare (Switzerland)*, 9(1). <https://doi.org/10.3390/healthcare9010079>

- Desmet, L., Dezutter, J., Vandenhoeck, A., & Dillen, A. (2022). Religious coping styles and depressive symptoms in geriatric patients: understanding the relationship through experiences of integrity and despair. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7). <https://doi.org/10.3390/ijerph19073835>
- Francis, B., Gill, J. S., Yit Han, N., Petrus, C. F., Azhar, F. L., Ahmad Sabki, Z., Said, M. A., Ong Hui, K., Chong Guan, N., & Sulaiman, A. H. (2019). Religious coping, religiosity, depression and anxiety among medical students in a multi-religious setting. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(2). <https://doi.org/10.3390/ijerph16020259>
- Garssen, B., Visser, A., & Pool, G. (2021). Does spirituality or religion positively affect mental health? meta-analysis of longitudinal studies. *International Journal for the Psychology of Religion*, 31(1), 4–20. <https://doi.org/10.1080/10508619.2020.1729570>
- Khan, Z. H., Watson, P. J., & Chen, Z. (2016). Muslim spirituality, religious coping, and reactions to terrorism among pakistani university students. *Journal of Religion and Health*, 55(6), 2086–2098. <https://doi.org/10.1007/s10943-016-0263-2>
- Kim, P. Y. (2017). Revisiting and extending the role of religious coping in the racism-mental health relation among Christian, Asian American students. *Journal of Psychology and Theology*, 45(3), 166–181. <https://doi.org/10.1177/009164711704500302>
- Kopacz, M. S., Connery, A. L., Bishop, T. M., Bryan, C. J., Drescher, K. D., Currier, J. M., & Pigeon, W. R. (2016). Moral injury: A new challenge for complementary and alternative medicine. *Complementary Therapies in Medicine*, 24, 29–33. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2015.11.003>
- Lee, T. Y., Mauriello, M. L., Ahn, J., & Bederson, B. B. (2014). CTArcade: Computational thinking with games in school age children. *International Journal of Child-Computer Interaction*, 2(1), 26–33. <https://doi.org/10.1016/j.ijcci.2014.06.003>
- Magin, Z. E., David, A. B., Carney, L. M., Park, C. L., Gutierrez, I. A., & George, L. S. (2021). Belief in god and psychological distress: Is it the belief or certainty of the belief? *Religions*, 12(9). <https://doi.org/10.3390/rel12090757>
- Mahamid, F. A., & Bdier, D. (2021). The association between positive religious coping, perceived stress, and depressive symptoms during the spread of coronavirus (covid-19) among a sample of adults in Palestine: across sectional study. *Journal of Religion and Health*, 60(1), 34–49. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01121-5>
- Maharani, W. (2021). Gambaran tingkat psychological distress mahasiswa dan hubungannya dengan aksesibilitas pelayanan konseling mahasiswa. *Muqoddima Jurnal Pemikiran Dan Riset Sosiologi*, 2(2), 139–158. <https://doi.org/10.47776/mjprs.002.02.04>
- Mallhi, T. H., Ahmad, N., Salman, M., Tanveer, N., Shah, S., Butt, M. H., Alatawi, A. D., Alotaibi, N. H., Rahman, H. U., Alzarea, A. I., Alanazi, A. S., Alzahrani, M. S., Alshehri, S., Aljabri, A., & Khan, Y. H. (2022). Estimation of psychological impairment and coping strategies during covid-19 pandemic among university students in Saudi Arabia: A Large Regional Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(21). <https://doi.org/10.3390/ijerph192114282>
- Mallhi, T. H., Khan, N. A., Siddique, A., Salman, M., Bukhari, S. N. A., Butt, M. H., Khan, F. U., Khalid, M., Mustafa, Z. U., Tanveer, N., Ahmad, N., Ahmad, M. M., Rahman, H. U., & Khan, Y. H. (2023). Mental health and coping strategies among university staff during the covid-19 pandemic: a cross-sectional analysis from Saudi Arabia. *Sustainability (Switzerland)*, 15(11). <https://doi.org/10.3390/su15118545>
- Mancini, C. J., Quilliam, V., Camilleri, C., & Sammut, S. (2023). Spirituality and negative religious coping, but not positive religious coping, differentially mediate the relationship between scrupulosity and mental health: A cross-sectional study. *Journal of Affective Disorders Reports*, 14(October), 100680.

<https://doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100680>

- Methley, A. M., Campbell, S., Chew-Graham, C., McNally, R., & Cheraghi-Sohi, S. (2014). PICO, PICOS and SPIDER: A comparison study of specificity and sensitivity in three search tools for qualitative systematic reviews. *BMC Health Services Research, 14*(1). <https://doi.org/10.1186/s12913-014-0579-0>
- Rashid, M. H. A., Hashim, N. A., Nikmat, A. W., & Mohamad, M. (2021). Religiosity, religious coping and psychological distress among muslim university students in Malaysia. *International Journal of Evaluation and Research in Education, 10*(1), 150–160. <https://doi.org/10.11591/ijere.v10i1.20870>
- Rosmarin, D. H., Bigda-Peyton, J. S., Öngur, D., Pargament, K. I., & Björgvinsson, T. (2013). Religious coping among psychotic patients: Relevance to suicidality and treatment outcomes. *Psychiatry Research, 210*(1), 182–187. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2013.03.023>
- Terreri, C. J., & Glenwick, D. S. (2013). The relationship of religious and general coping to psychological adjustment and distress in urban adolescents. *Journal of Religion and Health, 52*(4), 1188–1202. <https://doi.org/10.1007/s10943-011-9555-8>
- Vitorino, L. M., Lopes-Júnior, L. C., de Oliveira, G. H., Tenaglia, M., Brunheroto, A., Cortez, P. J. O., & Lucchetti, G. (2018). Spiritual and religious coping and depression among family caregivers of pediatric cancer patients in Latin America. *Psycho-Oncology, 27*(8), 1900–1907. <https://doi.org/10.1002/pon.4739>