

**PERAN DUKUNGAN SOSIAL DALAM MENJAGA
KETAATAN BERIBADAH DI TENGAH TRANSISI
MAHASISWA BARU**

Adyah Aziyzatun Nisa, Aisyah Hifzatun Nisa, Saura Nur Salsabila

aziyzatunnisa123@gmail.com ais43hn@gmail.com saurans98@gmail.com

Universitas Lambung Mangkurat

Abstract

Obedience to worship is an important aspect of the spiritual life of new students, especially during the transition period to higher education, which is often accompanied by changes in the environment, routine, and social and psychological challenges. One of the factors that affect worship obedience is social support from family, friends, and the campus community. This study aims to measure the influence of social support on new students' obedience to worship with a quantitative approach through a survey. The data was collected using a questionnaire that explored students' perceptions of the social support received and their level of worship obedience. The results of the analysis showed that there was a significant positive relationship between social support and worship obedience. Students who feel supported tend to be more consistent in carrying out worship. These findings show the importance of social support in helping new students maintain obedience to worship during the transition period. This research is expected to contribute to the development of more effective social support programs for new students in higher education.

Keywords: *Role, Social Support, Religious Observance, Transiction, New Students*

Abstrak

Ketaatan beribadah merupakan aspek penting dalam kehidupan spiritual mahasiswa baru, terutama selama masa transisi ke perguruan tinggi, yang sering disertai perubahan lingkungan, rutinitas, dan tantangan sosial serta psikologis. Salah satu faktor yang mempengaruhi ketaatan beribadah adalah dukungan sosial dari keluarga, teman, dan komunitas kampus. Penelitian ini bertujuan mengukur pengaruh dukungan sosial terhadap ketaatan beribadah mahasiswa baru dengan pendekatan kuantitatif melalui survei. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang menggali persepsi mahasiswa tentang dukungan sosial yang diterima dan tingkat ketaatan beribadah mereka. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan ketaatan beribadah. Mahasiswa yang merasa didukung cenderung lebih konsisten dalam menjalankan ibadah. Temuan ini menunjukkan pentingnya dukungan sosial dalam membantu mahasiswa baru mempertahankan ketaatan beribadah selama masa transisi. Penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi pada pengembangan program dukungan sosial yang lebih efektif bagi mahasiswa baru di perguruan tinggi.

Kata Kunci: Peran, Dukungan Sosial, Ketaatan Beribadah, Transisi, Mahasiswa Baru

PENDAHULUAN

Mahasiswa yang baru saja memulai kuliah disebut "Mahasiswa Baru". Mereka adalah siswa yang telah menyelesaikan sekolah menengah atas dan kemudian melanjutkan ke perguruan tinggi. Bagi mahasiswa baru, transisi dari sekolah menengah ke perguruan tinggi seringkali menyenangkan tetapi juga sulit (Gunandar et al., 2017). Menjadi mahasiswa perguruan tinggi setelah sekolah menengah dapat menjadi transisi yang sulit bagi banyak siswa. Masa transisi dari sekolah ke universitas adalah proses yang rumit. Sebagian besar remaja Indonesia yang lulus sekolah menengah pergi ke perguruan tinggi (Monks, 2002; Estiane, 2015). Mahasiswa baru mengalami transisi yang signifikan, yang melibatkan banyak aspek kehidupan, termasuk sekolah, kehidupan sosial, dan kehidupan keluarga. Mereka harus beradaptasi dengan lingkungan sekolah baru, membangun

hubungan pertemanan baru, dan beberapa keluar dari rumah untuk pertama kalinya (Larose et al., 2019; Sari & Zaini, 2024). Pada masa ini, Mahasiswa dituntut untuk beradaptasi dengan lingkungan yang baru. Selain itu, mereka juga menjaga ketaatan beribadah di tengah transisi menjadi mahasiswa baru. Fase ini merupakan periode penuh tantangan, selain menghadapi tuntutan akademis yang semakin meningkat, mahasiswa Muslim khususnya juga menghadapi masa transisi yang krusial untuk tetap menjaga ketaatan beribadah.

Ketaatan beribadah adalah bentuk kesetiaan dan kepatuhan seorang hamba kepada Tuhan dalam melakukan perintah-Nya dan meninggalkan larangan-Nya. Ini dilakukan dengan mengabdikan dirinya dengan penuh ketaqwaan, mengharapkan ridho-Nya, dan melakukan ibadah dengan cara yang sopan dan tulus saat berhadapan dengan-Nya (Mabrura, 2016). Untuk menjaga ketaatan beribadah di tengah transisi mahasiswa baru dan tantangan di tahun pertama kuliah, mahasiswa baru perlu memiliki dukungan sosial dari lingkungannya. Maka dari itu, Untuk membantu menjaga ketaatan beribadah, perlu adanya dukungan sosial dari teman sebaya, keluarga, dan lingkungan.

Menurut Bastaman (dalam Rif'ati et al., 2018) Dukungan sosial adalah adanya orang lain tertentu yang memberikan nasehat, motivasi dan arahan saat situasi dimana seseorang mengalami kesulitan dalam melakukan sesuatu hal untuk mencapai tujuan. Dengan adanya dukungan sosial, mahasiswa mungkin akan dapat lebih mudah menjaga ketaatan beribadah nya terutama ketika mendapatkan motivasi dari orang disekitarnya.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian “Peran Dukungan Sosial dalam Menjaga Ketaatan Beribadah di Tengah Transisi Mahasiswa Baru” ini, diukur melalui beberapa bagian kuesioner, yang mencakup apakah mahasiswa perantauan atau tidak; banyaknya dukungan sosial yang diterima; dan tingkat ketaatan beribadah.

Responden penelitian ini adalah mahasiswa baru yang memasuki perguruan tinggi. Untuk menentukan hubungan antara dukungan sosial dan ketaatan beribadah, sampel dipilih secara acak dari berbagai universitas di daerah Kalimantan Selatan, dan jumlah total responden adalah 35. Data yang dikumpulkan akan dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Untuk mengukur persepsi responden terhadap dukungan sosial, serta frekuensi dan konsistensi ibadah, kuesioner dibuat menggunakan skala likert. Sebelum pengumpulan data dilakukan, validitas dan reliabilitas kuesioner diuji untuk memastikan bahwa alat penelitian memberikan hasil yang akurat dan konsisten. Dengan metode ini, penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan mendalam tentang komponen yang mempengaruhi ketaatan beribadah siswa baru dalam konteks dukungan sosial.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Definisi Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan kenyamanan, perhatian, penghargaan, dan bantuan yang dipersepsi oleh seseorang yang diberikan oleh individu atau sekelompok orang. Ketika seseorang didukung oleh lingkungannya, semuanya akan terasa lebih mudah. (Sarafino, 2011, dalam Islamiah, 2024). Menurut Kim (dalam Islamiah, 2024) cara terbaik untuk menyesuaikan diri dari peristiwa yang sulit dan penuh tekanan adalah dengan mendapatkan dukungan sosial.

Dalam Al-Qur'an, kita juga diperintahkan Allah SWT untuk melakukan dukungan sosial. Hal ini dibuktikan pada Surah At-Taubah ayat 71 yang memiliki arti: "Dan orang-orang yang beriman, laki-laki dan perempuan, sebagian mereka menjadi penolong bagi sebagian yang lain. Mereka menyuruh (berbuat) yang makruf, dan mencegah dari yang mungkar, melaksanakan shalat, menunaikan zakat, dan taat kepada Allah dan Rasul-Nya. Mereka akan diberi rahmat oleh Allah. Sungguh, Allah Maha Perkasa, Maha Bijaksana". Dari ayat tersebut dapat

dilihat gambaran orang-orang saling membantu dan mendukung satu sama lain dalam berbuat kebaikan, dan saling mengingatkan untuk menjaga ketaatan beribadah. Selain itu, kita yang melakukan perintah-Nya juga akan mendapatkan dukungan sosial, salah satunya berupa ketenangan batin karena Allah SWT menjanjikan rahmat-Nya bagi mereka yang mendukung dan mengingatkan dalam kebaikan.

B. Ketaatan Beribadah

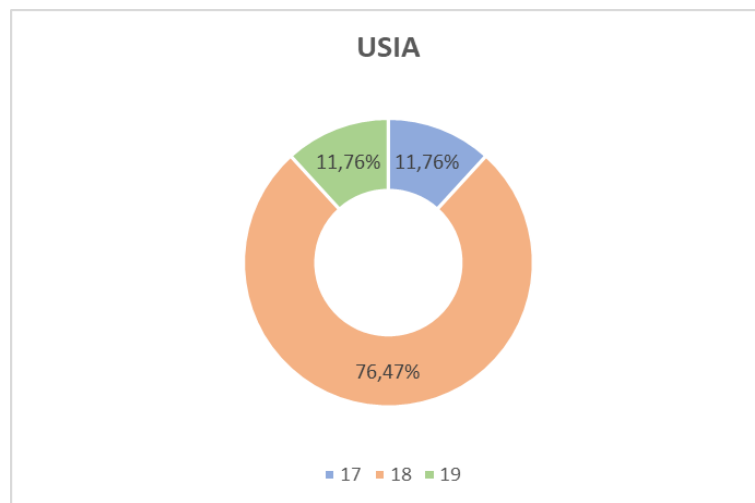
Ketaatan dan beribadah adalah dua kata yang membentuk ketaatan beribadah. Meskipun masing-masing memiliki arti yang berbeda, keduanya saling terkait. Taat berarti mengikuti dan melakukan ibadah kepada Allah dengan melakukan dan meninggalkan segala perintah dan larangan-Nya. Dengan dasar iman, ibadah berarti bakti manusia kepada Allah SWT. Sebaliknya, ibadah berarti mengabdikan diri sepenuhnya untuk memenuhi kehendak Allah dan mengharapkan pahala di akhirat. Dengan kata lain, mencakup semua aspek kehidupan sesuai dengan aturan Allah SWT. Dalam arti ini, ibadah adalah pekerjaan yang harus dilakukan manusia selama hidup mereka. Ibadah secara khusus didefinisikan sebagai tindakan manusia yang disebut ritual (ibadah vertikal, *hablumminallah*). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa ketaatan beribadah berkaitan dengan hak Allah dan hak manusia karena hanya karena Allah SWT yang menjunjung tinggi perintah dan menjauhi larangan (Wahyuni, 2011, dalam Untari, Suyanto, & Wijayanti, 2022, hal. 56).

C. Hasil Analisis Statistik Deskriptif

Untuk lebih memahami “Peran Dukungan Sosial dalam Menjaga Ketaatan Beribadah di Tengah Transisi Mahasiswa Baru” kami melakukan penelitian menggunakan kuesioner dengan analisis statistik deskriptif untuk mengetahui pandangan mahasiswa baru mengenai dukungan sosial yang didapatkan dalam

menjaga ketaatan beribadah mereka di tengah tuntutan akademis dan adaptasi dengan lingkungan baru.

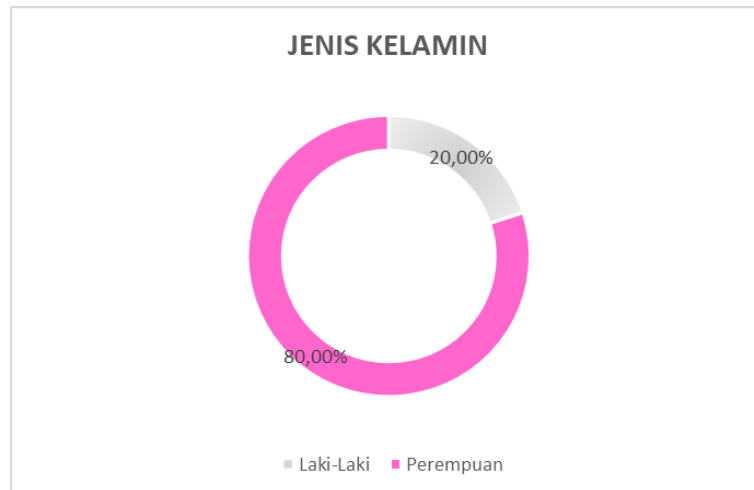
Hasil dari data yang diperoleh ini diharapkan dapat memberikan gambaran terkait apakah dukungan sosial dapat mempengaruhi mahasiswa dalam menjaga



ketaatan beribadah.

Sumber: Data Olahan, 2024

Berdasarkan hasil kuesioner yang melibatkan 35 responden, dapat dilihat dari diagram lingkaran di atas, mayoritas atau sebesar 76,47% responden berusia 18 tahun. Dan sisanya, sekitar 11,76%, berusia 17 dan 19 tahun. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan dalam penelitian ini berada pada rentang usia 18 tahun.



Sumber: Data Olahan, 2024

Berdasarkan diagram lingkaran di atas, dengan hasil responden dari 35 sampel mahasiswa baru didapatkan mayoritas yang mengisi kuesioner tersebut 80% adalah perempuan dan 20% adalah laki-laki.

Nilai	Keterangan
1	Sangat Tidak Setuju
2	Tidak Setuju
3	Setuju
4	Sangat Setuju

Dalam penelitian ini, digunakan skala Likert 4-point untuk mengukur tingkat persetujuan responden terhadap pernyataan. Nilai 1 menunjukkan sangat tidak setuju, sedangkan nilai 4 menunjukkan sangat setuju.

Saya selalu mendapat motivasi untuk tetap beribadah di tengah kesibukan kuliah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	2	5.7	5.7	5.7
	3	16	45.7	45.7	51.4
	4	17	48.6	48.6	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Sumber: Data Olahan, 2024

Hasil analisis tabel tersebut dapat disimpulkan, dari 35 responden yaitu 2 responden (5,7%) menunjukkan ketidaksetujuan dari pernyataan tersebut, 16 responden (45,7%) menunjukkan kesetujuan yang cukup relatif tinggi. Sedangkan 17 responden lainnya (48,6%) menunjukkan sangat setuju yang besar atas pernyataan tersebut.

Hasil ini menunjukkan mayoritas (94,3%) responden sangat setuju bahwa mereka selalu mendapat motivasi untuk tetap beribadah di tengah kesibukan

Saya bisa menyeimbangkan kegiatan akademik dan ibadah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	3	8.6	8.6	8.6
	3	21	60.0	60.0	68.6
	4	11	31.4	31.4	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

kuliah.

Sumber: Data Olahan, 2024

Dari hasil analisis tabel di atas, sebanyak 3 responden (8,6%) menunjukkan tingkat ketidaksetujuan yang relatif rendah. Sedangkan sebanyak 21 responden (60%) menunjukkan persetujuan yang sangat tinggi terhadap pernyataan tersebut. Sementara 11 responden (31,4%) sangat setuju dengan

pernyataan tersebut. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas (91,4%) merasa bahwa dapat menyeimbangkan kegiatan akademik dengan beribadah.

Saya bisa mengatasi godaan untuk meninggalkan ibadah ketika merasa lelah atau sibuk

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	2.9	2.9	2.9
	2	11	31.4	31.4	34.3
	3	17	48.6	48.6	82.9
	4	6	17.1	17.1	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Sumber: Data Olahan, 2024

Dari tabel tersebut dapat dilihat bahwa, dari 35 responden yaitu 1 responden (2,9%) menunjukkan ketidaksetujuan dari pernyataan tersebut, 11 responden (31,4%) menunjukkan ketidaksetujuan yang cukup relatif. Sedangkan 17 responden (48,6%) menunjukkan kesetujuan yang besar atas pernyataan tersebut, dan 6 responden (17,1%) lainnya menunjukkan sangat setuju atas pernyataan tersebut.

Hasil ini menunjukkan sebagian besar 48,6% responden setuju bahwa mereka bisa mengatasi godaan untuk meninggalkan ibadah ketika merasa lelah

Saya merasa lebih mudah menjalankan ibadah ketika ada teman atau orang tua / wali yang mengingatkan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	7	20.0	20.0	20.0
	3	12	34.3	34.3	54.3
	4	16	45.7	45.7	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

atau sibuk dengan keadaan.

Sumber: Data Olahan, 2024

Dilihat dari analisis tabel di atas, sebanyak 7 responden (20%) menunjukkan tingkat ketidaksetujuan yang relatif rendah. Sedangkan sebanyak 12 responden (34,3%) menunjukkan persetujuan terhadap pernyataan tersebut. Sementara 16 responden (45,7%) menunjukkan persetujuan yang tinggi atau sangat setuju dengan pernyataan tersebut.

Hasil ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden, yaitu 45,7% merasa lebih mudah menjalankan ibadah ketika ada teman atau orang tua / wali

Jadwal kuliah membuat saya kesulitan untuk melaksanakan sholat tepat waktu, khususnya dzuhur dan ashar

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	2.9	2.9	2.9
	2	5	14.3	14.3	17.1
	3	18	51.4	51.4	68.6
	4	11	31.4	31.4	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

yang mengingatkan.

Sumber: Data Olahan, 2024

Dari hasil analisis tabel di atas, sebanyak 1 responden (2,9%) menunjukkan tingkat ketidaksetujuan yang relatif rendah. Sebanyak 5 responden (14,3%) menunjukkan ketidak setujuan dengan pernyataan tersebut. Sedangkan sebanyak 18 responden (51,4%) menunjukkan persetujuan terhadap pernyataan tersebut dan 11 responden (31,4%) menunjukkan persetujuan persetujuan yang tinggi pada pernyataan tersebut.

Dapat disimpulkan, mayoritas responden (82,8%) menunjukkan persetujuan bahwa jadwal kuliah mempengaruhi sulitnya melaksanakan ibadah sholat dzuhur dan ashar tepat waktu. Hal ini menyatakan bahwa jadwal

perkuliahan dapat menjadi kendala bagi sebagian besar mahasiswa dalam melaksanakan ibadah tepat waktu.

Saya merasa terpengaruh oleh kebiasaan teman-teman dalam menjalankan ibadah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	2.9	2.9	2.9
	2	11	31.4	31.4	34.3
	3	15	42.9	42.9	77.1
	4	8	22.9	22.9	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Sumber: Data Olahan, 2024

Hasil dari tabel tersebut menunjukkan, sebanyak 2,9% atau 1 responden menunjukkan tingkat ketidaksetujuan yang sangat rendah, dan sebanyak 31,4% atau 11 responden menunjukkan ketidaksetujuan dengan pernyataan tersebut. Sedangkan sebanyak 42,9% atau 15 responden menyatakan persetujuan terhadap pernyataan tersebut, dan 22,9% atau 8 responden lainnya menunjukkan persetujuan persetujuan yang tinggi pada pernyataan tersebut.

Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas responden (65,8%) menunjukkan persetujuan bahwa kebiasaan teman-teman dapat berpengaruh pada kegiatan beribadah atau dalam menjalankan ibadah. Hal ini menyatakan bahwa kebiasaan

Saya merasa bahwa ibadah, seperti sholat, membaca Al-Qur'an, atau berzikir membantu mengurangi stres atau kecemasan yang muncul akibat beban akademik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	1	2.9	2.9	2.9
	3	10	28.6	28.6	31.4
	4	24	68.6	68.6	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

dalam pertemanan dapat berpengaruh pada ketaatan beribadah.

Sumber: Data Olahan, 2024

Analisis tabel di atas didapatkan sebanyak 1 responden (2,9%) menunjukkan tingkat ketidaksetujuan yang relatif sangat rendah. Sedangkan sebanyak 10 responden (28,6%) menunjukkan persetujuan terhadap pernyataan tersebut. Sementara 24 responden (68,6%) menunjukkan persetujuan yang tinggi atau sangat setuju dengan pernyataan tersebut.

Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden, yaitu 68,6% mereka setuju bahwa ibadah seperti shalat, membaca Al-Qur'an, atau berzikir dapat membantu mengurangi stres atau kecemasan yang muncul akibat beban

Dukungan sosial dari keluarga, teman, lingkungan kampus, dan dosen / pembimbing sangat berpengaruh terhadap ketaatan beribadah saya

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	5	14.3	14.3	14.3
	3	11	31.4	31.4	45.7
	4	19	54.3	54.3	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

akademik.

Sumber: Data Olahan, 2024

Dari hasil analisis tabel di atas, terdapat sebanyak 14,3% menunjukkan tingkat ketidaksetujuan yang sangat rendah. Sedangkan sebanyak 31,4% menunjukkan persetujuan terhadap pernyataan tersebut, dan sebanyak 54,3% responden menunjukkan persetujuan yang tinggi atau sangat setuju dengan pernyataan tersebut.

Hasil ini menunjukan bahwa mayoritas 85,7% setuju bahwa dukungan sosial yang entah itu dari keluarga, teman, lingkungan kampus maupun dosen / pemimpin sangat berpengaruh terhadap ketaatan dalam beribadah.

**Kesibukan kuliah dan organisasi membuat saya sulit
untuk meluangkan waktu beribadah**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	6	17.1	17.1	17.1
	2	19	54.3	54.3	71.4
	3	9	25.7	25.7	97.1
	4	1	2.9	2.9	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Sumber: Data Olahan, 2024

Dilihat dari tabel di atas dapat disimpulkan, dari 35 responden yaitu 6 responden (17,1%) menunjukkan ketidaksetujuan dari pernyataan tersebut, dan 19 responden (54,3%) menunjukkan ketidaksetujuan yang sangat tinggi. Sedangkan 9 responden (25,7%) menunjukkan kesetujuan yang cukup kecil atas pernyataan tersebut, dan 1 responden (2,9%) lainnya menunjukan sangat setuju atas pernyataan tersebut.

Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas 71,4% responden tidak setuju bahwa kesibukan kuliah dan berorganisasi dapat membuat mereka sulit untuk

**Lingkungan pergaulan yang kurang kondusif membuat
saya tergoда untuk meninggalkan ibadah**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	9	25.7	25.7	25.7
	2	16	45.7	45.7	71.4
	3	8	22.9	22.9	94.3
	4	2	5.7	5.7	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

mengatur / meluangkan waktu untuk beribadah.

Sumber: Data Olahan, 2024

Analisis tabel di atas, ditemukan sebanyak 9 responden (25,7%) menunjukkan tingkat ketidaksetujuan yang relatif sedang. Sebanyak 16 responden

(45,7%) menunjukkan ketidaksetujuan yang relatif tinggi dengan pernyataan tersebut. Sedangkan sebanyak 8 responden (22,9%) menunjukkan persetujuan terhadap pernyataan tersebut dan 2 responden (5,7%) menunjukkan persetujuan yang sangat rendah pada pernyataan tersebut.

Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden (45,7%) menunjukkan ketidaksetujuan bahwa lingkungan pergaulan dapat membuat mereka

Jika Anda adalah anak rantauan, Anda merasa kesulitan mempertahankan kebiasaan beribadah karena jauh dari keluarga (tidak ada yang mengawasi / mengingatkan)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	1	2.9	2.9	2.9
	1	10	28.6	28.6	31.4
	2	11	31.4	31.4	62.9
	3	6	17.1	17.1	80.0
	4	7	20.0	20.0	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

tergoda untuk meninggalkan ibadah.

Sumber: Data Olahan, 2024

Dari hasil analisis tabel di atas, terdapat 2,9% tidak memilih salah satu pilihan dari pernyataan skala likert tersebut. Terdapat 28,6% menunjukkan ke sangat ketidaksetujuan yang cukup tinggi, dan terdapat 31,4% menunjukkan ketidaksetujuan yang sangat tinggi atas pernyataan tersebut. Sementara 17,1% menunjukkan kesetujuan dan 20% menunjukkan sangat setuju dari pernyataan itu.

Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas 60% tidak setuju bahwa jika mereka adalah anak rantauan, mereka akan kesulitan mempertahankan kebiasaan beribadah karena jauh dari keluarga.

Menurut Amylia dan Surjaningrum pada tahun 2014, menyatakan bahwa dampak positif bagi mereka yang menerima dukungan sosial dari orang lain yaitu

mereka akan lebih mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan menyesuaikan diri dengan masalah atau situasi yang mereka hadapi. Lalu, menurut Cohen dan Wills pada tahun 1985, dukungan sosial adalah salah satu komponen kesejahteraan psikologis. Ini berfungsi sebagai penghalang (penengah atau penyangga) antara seseorang dan masalah yang menekan (*stressor*). Karena itu, meskipun menghadapi kesibukan dan kelelahan, mahasiswa baru yang mendapatkan dukungan dari teman atau keluarga cenderung lebih mampu mempertahankan ketaatan beribadah.

Mahasiswa baru yang terpengaruh oleh lingkungan pertemanan yang kurang kondusif mungkin meniru perilaku teman-teman mereka yang tidak taat beribadah. Sebaliknya, teman-teman yang taat beribadah cenderung lebih taat. Sejalan dengan teori Kognitif Sosial oleh Bandura, yaitu dengan melihat orang lain, manusia memperoleh pengetahuan, aturan, keterampilan, strategi, keyakinan, dan sikap. Mereka juga melihat model atau contoh untuk mempelajari apakah perilaku yang dimodelkan berguna atau tidak, dan kemudian bertindak sesuai dengan keyakinan mereka tentang kapasitas dan hasil yang diharapkan dari tindakan tersebut (Yanuardianto, E. 2019).

Berdasarkan teori kognisi sosial Bandura (1997) mengenai *Self-Regulation* atau pengaturan diri, bahwa individu dapat mengontrol cara mereka belajar dengan mengamati, menilai, dan memberikan respons kepada diri mereka sendiri (Lasnamawati, A. 2021). Sesuai dengan hasil yang didapatkan dari penelitian ini, mahasiswa perantauan yang tetap taat beribadah meskipun tidak ada pengawasan menunjukkan kemampuan pengaturan diri yang baik. Mereka dapat memotivasi diri sendiri untuk tetap beribadah tanpa dorongan eksternal.

KESIMPULAN

Dari penelitian ini ditemukan bahwa dukungan sosial sangat penting untuk membantu mahasiswa baru mempertahankan ketaatan beribadah selama transisi

mereka ke perguruan tinggi. Meskipun menghadapi tantangan akademis dan lingkungan baru, mahasiswa baru yang merasakan dukungan dari keluarga, teman, dan komunitas kampus cenderung lebih konsisten dalam menjalankan ibadah, menurut penelitian ini. Sebagian besar responden setuju bahwa dukungan sosial dapat meningkatkan keinginan mereka untuk beribadah, dan membantu mereka menyeimbangkan kegiatan akademik dan ibadah. Dukungan sosial juga diketahui dapat membantu mahasiswa baru untuk menghadapi dan menyesuaikan diri dengan pergaulan baru tanpa mengacuhkan ketaatan beribadah. Namun, jadwal kuliah yang padat ternyata masih menjadi kendala bagi sebagian besar mahasiswa untuk melaksanakan ibadah secara tepat waktu, khususnya untuk shalat Dzuhur dan Ashar. Selain itu, kebiasaan teman-teman juga ditemukan mempengaruhi ketaatan beribadah mahasiswa baru, baik secara positif maupun negatif. Berjalan bersama dukungan orang-orang yang peduli bagaikan angin di belakang layar kapal; Ia mungkin tak tampak, tapi kekuatannya menjaga kita tetap di jalur tujuan.

DAFTAR REFERENSI

Cohen, S., & Wills, T. (1985). Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis. *Psychological bulletin*. 98. 310-57.

Estiane, U. (2015). Pengaruh dukungan sosial sahabat terhadap penyesuaian sosial mahasiswa baru di lingkungan perguruan tinggi. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 4(1), 29-39.

Gunandar, M. S., Muhana, & Utami, S. (2017). Hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan penyesuaian diri mahasiswa baru yang merantau. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 3(2), 98–109.

Islamiah, W. O. N. (2024). Hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologi mahasiswa rantau pada masa pandemi COVID-19 (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Ponorogo).

Lasmanawati, A. (2021). Strategi pembelajaran self-regulation dalam pemecahan masalah matematika. *HUmanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, 21(1), 1-16.

Mabrura, V. N. (2016). Pengaruh pelaksanaan pengajian Kitab Kuning (Kitab Nashoihul Ibad) terhadap ketaatan beribadah mahasantri Lembaga Tinggi Pesantren Luhur Malang (Skripsi). Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Malang.

Poegoeh, D. P., & Hamidah, H. (2016). Peran dukungan sosial dan regulasi emosi terhadap resiliensi keluarga penderita skizofrenia. *Insan: Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1(1), 12-21.

Rif'ati, M. I., Arumsari, A., Fajriani, N., Maghfiroh, V. S., Abidi, A. F., Chusairi, A., & Hadi, C. (2018). Konsep dukungan sosial. *Jurnal Psikologi Universitas Airlangga*.

Sari, C. A. K., & Zaini, A. H. (2024). Peran Dukungan Sosial pada Penyesuaian Akademik Mahasiswa Baru dengan Resiliensi Akademik sebagai Mediator. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 15(1), 64-78.

Untari, I., Suyanto, S., & Wijayanti, W. (2022). Mengukur ketaatan beribadah warga Muhammadiyah di masa pandemi COVID-19. CV. AE Media Grafika.

Yanuardianto, E. (2019). Teori Kognitif Sosial Albert Bandura (Studi Kritis dalam Menjawab Problem Pembelajaran di MI). *Jurnal Auladuna*, 1(2), 94-111.