

**STRATEGI *PROBLEM FOCUSED COPING* MAHASISWI
MENIKAH DALAM MENGHADAPI PERAN GANDA
PERSPEKTIF BIMBINGAN KONSELING ISLAM
DI UIN FATMAWATI SUKARNO BENGKULU**



SKRIPSI

*Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam
Bidang Bimbingan dan Konseling Islam*

Oleh :

RASIKAH ANIS MARDATILAH
NIM. 2223320017

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI FATMAWATI SUKARNO BENGKULU
TAHUN 2026**

**STRATEGI *PROBLEM FOCUSED COPING* MAHASISWI
MENIKAH DALAM MENGHADAPI PERAN GANDA
PERSPEKTIF BIMBINGAN KONSELING ISLAM
DI UIN FATMAWATI SUKARNO BENGKULU**



SKRIPSI

*Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Bidang Bimbingan dan
Konseling Islam*

Oleh :

RASIKAH ANIS MARDATILAH
NIM. 2223320017

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI FATMAWATI
SUKARNO BENGKULU
TAHUN 2026**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
FATMAWATI SUKARNO BENGKULU
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH

Jl. Raden Fatah Pagar Dewa, Kota Bengkulu 38211
Telp. (0736)51276, 51771 Fax. (0736)51771 Bengkulu

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi atas nama Rasikah Anis Mardatilah NIM. 2223320017
yang berjudul “Strategi Problem Focused Coping Mahasiswa Menikah
Dalam Menghadapi Peran Ganda Perspektif Bimbingan Konseling Islam
Di UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu”. Program Studi Bimbingan dan
Konseling Islam Jurusan Dakwah Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu. Skripsi ini telah
diperiksa dan diperbaiki sesuai dengan saran pembimbing I dan pembimbing
II oleh karena itu, sudah layak untuk diajukan dalam sidang
munaqosyah/skripsi Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas
Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.

Bengkulu, 2026

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Sugeng Sejati, S.Psi., MM
NIP. 198206042006041001

Dilla Astarini, M. Pd
NIP. 1991001212019032008

Mengetahui
An Dekan Fuad
Wakil Dekan 1

Dr. Nelly Marhavati, M. Si
NIP. 197803082003122003



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
FATMAWATI SUKARNO BENGKULU
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH

Jl. Raden Fatah Pagar Dewa, Kota Bengkulu 38211
Telp. (0736)51276, 51771 Fax. (0736)51771, Bengkulu

HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi atas nama **Rasikah Anis Mardatilah, NIM: 2223320017** yang berjudul **"Strategi Problem Focused Coping Mahasiswa Menikah Dalam Menghadapi Peran Ganda Perspektif Bimbingan Konseling Islam Di Uin Fatmawati Sukarno Bengkulu"** telah diujikan dan dipertahankan di depan tim sidang Munaqasyah Jurusan Dakwah, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno (UIN FAS) Bengkulu pada:

Hari : Jum'at

Tanggal : 08 Mei 2026

Dengan ini dinyatakan LULUS, dapat diterima dan disahkan sebagai syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam.

Bengkulu, 2026
Dekan


Prof. Dr. Suryani, M. Ag
NIP.196901101996032002

Tim Sidang

Ketua

Sekretaris

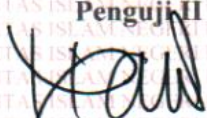

Dr. Triyani Pujiastuti, MA.Si
NIP.198202102005012003


Dilla Astarini, M. Pd
NIP.1991001212019032008

Penguji I

Penguji II


Dr. Hermi Pasmawati, M.Pd., Kons
NIP.198705312015032005


Diana Zumratus Sa'adah, M. Psi
NIP.199411152022032001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan :

1. Karya tulis, skripsi dengan judul " Strategi *Problem Focused Coping* Mahasiswi Menikah dalam Menghadapi Peran Ganda Perspektif Bimbingan Konseling Islam di UIN Fatmawati Sukamo Bengkulu" adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik, baik di Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu maupun di Perguruan Tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni hasil gagasan, pemikiran dan rumusan saya sendiri, tanpa ada bantuan dari pihak manapun, kecuali pengarahan dari Dosen Pembimbing
3. Di dalam karya tulis atau skripsi saya ini tidak terdapat hasil karya ataupun pendapat yang dipublikasikan pihak lain, kecuali kutipan secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam hasil karya tulis atau skripsi saya dengan mencantumkan identitas pengarangnya di dalam daftar pustaka
4. Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa adanya paksaan. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, saya siap dan bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Bengkulu, Maret 2026

Peneliti,



Rasikah Anis Mardatilah

NIM : 2223320017

MOTTO

لَا الشَّمْسُ يَنْبَغِي لَهَا أَنْ تُدْرِكَ الْقَمَرَ وَلَا اللَّيْلُ سَابِقُ النَّهَارِ وَكُلٌّ فِي فَلَكٍ
يَسْبَحُونَ

*lasy-syamsu yambaghî lahâ an tudrikal-qamara wa lal-lailu sâbiqun-
nahâr, wa kullun fî falakiy yasbahûn*

Artinya :

“ Tidaklah mungkin bagi matahari mengejar bulan dan malam pun tidak dapat mendahului siang. Masing-masing beredar pada garis edarnya “

(QS. Yasin: 40)

Matahari dan bulan tidak pernah saling balap, namun keduanya tetap menyinari bumi. Keberhasilan bukan tentang mengalahkan orang lain, tapi tentang seberapa konsisten kamu tetap berada di jalur perjuanganmu setiap hari.

(Rasikah Anis Mardatilah)

PERSEMBAHAN

Tiada lembar yang lebih bermakna dalam laporan skripsi ini selain lembar persembahan. Dengan penuh rasa syukur atas limpahan rahmat dan karunia Allah Swt., skripsi ini saya persembahkan dengan ketulusan hati sebagai wujud penghormatan, cinta, dan apresiasi kepada :

1. Cinta pertama serta pintu surgaku, Bapak Abu Hasan Al Asyari dan Ibu Wildalina. Terimakasih atas setiap tetes keringat, pengorbanan, dan kerja keras yang tak kenal lelah demi memberikan yang terbaik bagi penulis. Meskipun Papa dan Mama tidak sempat merasakan bangku perkuliahan, namun dengan ketulusan doa dan didikan luar biasa, Papa dan Mama mampu mengantarkan putri kecilmu ini meraih gelar Sarjana Pendidikan. Terimakasih telah menjadi alasan terkuat bagi penulis untuk bertahan dan menyelesaikan mimpi ini. Papa, Mama, putri kecilmu kini sudah dewasa dan siap melangkah menuju mimpi yang lebih tinggi. Sehat dan hiduplah lebih lama untuk terus melihatku tumbuh.
2. Adikku tercinta, Rakha Sakhi Mahardika. Terimakasih sudah menjadi saksi perjuangan penulis dari awal hingga titik ini. Jangan pernah ragu untuk bermimpi besar, karena penulis akan selalu ada untuk mendukung setiap langkahmu. Mari kita buat Papa dan Mama bangga dengan cara kita masing-masing.

3. Untuk diri sendiri. Penulis tidak akan mengucapkan terima kasih, karena menyelesaikan skripsi ini merupakan tanggung jawab yang memang harus dijalani. Karya ini menjadi bukti bahwa penulis mampu bertahan dan menyelesaikan apa yang telah dimulai, meskipun tidak selalu berada dalam kondisi terbaik. Proses panjang ini bukan tentang kemudahan, melainkan tentang keteguhan, kedisiplinan, dan komitmen dalam menjalani setiap tahap hingga akhirnya sampai pada titik penyelesaian. Skripsi ini menjadi bagian dari proses pendewasaan diri dalam menghadapi tanggung jawab akademik dan kehidupan.
4. Kepada keluarga besar Mama dan Papa yang telah hadir dan memberikan bantuan yang begitu berarti bagi keluarga kami, terutama saat berada di masa-masa sulit. Dukungan yang diberikan, baik secara materi maupun moril, menjadi penguat bagi kami untuk tetap bertahan dan melangkah ke depan.
5. Kepada dosen Pembimbing Ibu Dilla Astarini M. Pd dan Bapak Dr. Sugeng Sejati, S.Psi., MM. Dengan penuh rasa hormat dan terima kasih, penulis mempersembahkan skripsi ini kepada Dosen Pembimbing yang telah membimbing serta meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dengan sabar dan penuh dedikasi. Arahkan, masukan, serta kritik yang membangun menjadi bekal berharga bagi penulis, tidak hanya dalam menyelesaikan skripsi ini,

tetapi juga dalam proses pembelajaran dan pendewasaan akademik.

6. Sahabat-sahabat terbaik dan teman seperjuangan yang senantiasa hadir menemani proses panjang ini. Kebersamaan, dukungan, perhatian, serta ruang untuk berbagi cerita dan keluh kesah menjadi penguat di tengah lelah dan tekanan selama masa penyusunan skripsi. Kehadiran kalian menjadikan setiap proses terasa lebih ringan dan bermakna, serta menjadi bagian penting dari perjalanan akademik yang tidak akan terlupakan.
7. Kepada seluruh dosen dan staf Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, khususnya para dosen Program Studi Bimbingan Konseling Islam, yang telah memberikan bimbingan, ilmu, dan pelayanan akademik selama masa perkuliahan. Dedikasi, ketulusan, serta peran Bapak dan Ibu sekalian dalam proses pendidikan menjadi bagian penting dalam pembentukan wawasan, sikap, dan kemampuan penulis hingga skripsi ini dapat diselesaikan.
8. Almamater tercinta, Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu, yang telah menjadi ruang bagi penulis untuk menimba ilmu, membentuk cara berpikir, serta menumbuhkan tanggung jawab akademik dan karakter. Almamater ini menjadi saksi proses panjang pembelajaran dan perjuangan penulis hingga skripsi ini dapat diselesaikan.

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah yang telah memberikan saya kemudahan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Dengan penuh rasa syukur dan keikhlasan, Saya mempersembahkan Skripsi yang berjudul *Strategi Problem Focused Coping Mahasiswi Menikah dalam Menghadapi Peran Ganda Perspektif Bimbingan Konseling Islam di UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu*.

Penulisan skripsi ini dilakukan sebagai bagian dari persyaratan akademik untuk meraih gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Jurusan Dakwah, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu. Selama penulisan skripsi, penulis mendapat berbagai dukungan, bimbingan dan bantuan dari berbagai sumber. Oleh karena itu, penulis ingin menggunakan kesempatan ini untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. K. H. Khairuddin, M.Ag., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.
2. Prof. Dr. Suryani, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.
3. Dr. Muhammad Nikman Naser, M. Pd, selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling, Islam yang telah memberikan arahan motivasi serta dukungan kepada peneliti dalam menyelesaikan penulisan ini maupun semasa studi peneliti
4. Dr. Sugeng Sejati, S. Psi.,MM , selaku pembimbing I yang telah memberikan arahan, motivasi, serta bimbingan yang berharga dalam penyelesaian skripsi ini
5. Dila Astarini, M. Pd selaku pembimbing II yang telah memberikan arahan dari awal perkuliahan sampai penulis menyelesaikan semasa studi peneliti
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu yang ikut serta memberikan ilmunya dalam

proses pembelajaran dan mempermudah penyusunan skripsi ini.

7. Kedua orang tua tercinta yang selalu bekerja keras memberikan pendidikan terbaik, doa, dukungan, dan kasih sayang yang tiada henti.
8. Sahabat dan teman-teman di Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam yang selalu memberikan semangat dan kebersamaan selama proses perkulahan.
9. Seluruh pihak yang telah berkenan menjadi responden serta memberikan informasi yang diperlukan dalam penelitian ini. Semua pihak yang telah mendukung dan membantu dalam penulisan skripsi ini.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis sepenuhnya menyadari bahwa terdapat berbagai kelemahan dan kekurangan yang mungkin muncul dari berbagai sisi. Oleh karena itu, penulis dengan rendah hati mengharapkan kritik, masukan, dan saran yang konstruktif dari pembaca maupun pihak-pihak terkait. Masukan tersebut diharapkan dapat menjadi landasan yang berharga untuk perbaikan dan penyempurnaan penelitian ini di

masa mendatang, sehingga hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang lebih optimal.

Bengkulu , Maret 2026
Penulis,

Rasikah Anis Mardatilah
2223320017



ABSTRAK

**RASIKAH ANIS MARDATILAH, NIM : 2223320017,
Strategi *Problem Focused Coping* Mahasiswi Menikah dalam
Menghadapi Peran Ganda Perspektif Bimbingan Konseling
Islam di UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh meningkatnya fenomena mahasiswi yang menjalani peran ganda sebagai mahasiswa sekaligus istri di Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu. Peran ganda tersebut menimbulkan berbagai tantangan, seperti kesulitan mengatur waktu, tekanan psikologis, keterbatasan ekonomi, serta konflik rumah tangga yang berdampak pada proses perkuliahan dan kestabilan emosi. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman mahasiswi menikah dalam menjalani peran ganda, mendeskripsikan penerapan strategi *problem focused coping*, serta menganalisis peran nilai-nilai Islam dan pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam dalam mendukung efektivitas strategi coping tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Informan utama terdiri dari enam mahasiswi aktif UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu yang telah menikah dengan usia pernikahan satu bulan hingga tiga tahun, serta dua belas informan pendukung yang terdiri dari suami dan teman kuliah. Penentuan informan menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara sistematis untuk menemukan makna pengalaman informan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswi menikah mengalami konflik peran, kelelahan emosional, serta tuntutan adaptasi terhadap perubahan prioritas hidup. Strategi *problem focused coping* yang diterapkan meliputi manajemen waktu, pencarian dukungan sosial (*seeking social support*), dan

negosiasi dengan pihak kampus (*confrontative coping*). Pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam memperkuat strategi tersebut melalui nilai spiritual berupa niat ibadah, kesabaran, ikhtiar, dan tawakal, sehingga membantu menjaga stabilitas akademik, kelulusan tepat waktu, dan keharmonisan rumah tangga.

Kata Kunci: *Problem Focused Coping*, Peran Ganda, Mahasiswi Menikah, Bimbingan Konseling Islam.



ABSTRACT

**RASIKAH ANIS MARDATILAH, NIM : 2223320017,
Strategi Problem Focused Coping Mahasiswi Menikah dalam
Menghadapi Peran Ganda Perspektif Bimbingan Konseling
Islam di UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu**

This research was motivated by the increasing phenomenon of female students who carry dual roles as students and wives at UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu. These dual roles create various challenges, such as difficulties in managing time, psychological pressure, economic limitations, and household conflicts that affect the learning process and emotional stability. This study aims to explore the experiences of married female students in carrying out dual roles, describe the implementation of problem-focused coping strategies, and analyze the role of Islamic values and Islamic Guidance and Counseling approaches in supporting the effectiveness of these coping strategies. This study employed a qualitative approach using a phenomenological method. The main informants consisted of six active female students at UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu who had been married for one month to three years, supported by twelve additional informants consisting of husbands and fellow students. Informants were selected using a purposive sampling technique. Data were collected through observation, in-depth interviews, and documentation, then analyzed systematically to identify the meaning of the informants' experiences. The results showed that married female students experienced role conflicts, emotional exhaustion, and demands for adaptation to changing life priorities. The problem-focused coping strategies applied included time management, seeking social support from husbands and fellow students, and negotiating with the campus (confrontative coping). The Islamic Guidance and Counseling approach strengthened these strategies through spiritual values

such as worship intention, patience, effort, and trust in God, thereby helping maintain academic stability, timely graduation, and household harmony.

Keywords: *Problem-Focused Coping, Dual Roles, Female Students in Marriage, Islamic Guidance and Counseling*



DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	ix
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
E. Kajian Penelitian Terdahulu	10
F. Sistematika Penulisan	17
BAB II LANDASAN TEORI	19
A. Pengertian Coping.....	19
B. Strategi Problem Focused Coping	23
1. Pengertian Strategi Problem Focused Coping.....	23
2. Aspek-Aspek Problem Focused Coping	26
C. Konsep Peran Ganda.....	29
1. Pengertian Peran Ganda	29
2. Konflik Peran Ganda.....	30
3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Peran Ganda	34
D. Mahasiswa yang Menikah.....	37
E. Bimbingan dan Konseling Islam.....	40
F. Implementasi Strategi Problem Focused Coping dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam	49

BAB III METODE PENELITIAN	56
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	56
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	57
C. Informan Penelitian.....	58
D. Sumber Data.....	61
E. Teknik Pengumpulan Data	62
F. Teknik Keabsahan Data	63
G. Teknik Analisis Data	64
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	67
A. Deskripsi Wilayah Penelitian	67
1. Sejarah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu	67
2. Fakultas	70
3. Demograsi UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu	74
4. Visi dan Misi UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu	75
B. Informan Penelitian.....	77
C. Hasil Temuan Penelitian	88
1. Pengalaman Mahasiswi Menikah dalam Menjalani Peran Ganda	89
2. Strategi Problem Focused Coping dalam Menghadapi Konflik Peran	99
3. Implementasi Nilai-Nilai sebagai Landasan Spritual (Perspektif Bimbingan Konseling Islam	110
D. Hasil Pembahasan	115
1. Pengalaman Mahasiswi Menikah dalam Menjalani Peran Ganda	115
2. Strategi Problem Focused Coping dalam Menghadapi Konflik Peran	122
3. Implementasi Nilai-Nilai sebagai Landasan Spritual (Perspektif Bimbingan Konseling Islam	127
BAB V PENUTUP.....	132
A. KESIMPULAN.....	132
B. SARAN	134
DAFTAR PUSTAKA.....	136

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Informan Penelitian	60
Tabel 4.1 Identitas UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu.....	74

