



Peran Ukhuwah Islamiyah sebagai mekanisme Koping terhadap Urban Loneliness Mahasiswa Perantauan di UIN Walisongo Semarang

Inayah Dhivaningtyas¹, Iffa Mustaqimah², Sri Isnani Setiyaningsih³

^{1,2,3} UIN Walisongo Semarang

tyasdhivaning@gmail.com, iffamustaqimah01@gmail.com, sri_isnani@walisongo.ac.id

Submitted: 19 Mei 2026

Accepted: 19 Juni 2026

Published: 20 Juni 2026

Abstract

Urban loneliness among migrant students has emerged as an important social issue affecting students' psychological well-being and social adaptation in higher education. This study aims to examine how Ukhuwah Islamiyah functions as a coping mechanism for migrant students experiencing urban loneliness at UIN Walisongo Semarang and to interpret its implications within the perspective of Civic Education. The research employed a descriptive qualitative case study design. Primary data were collected through in-depth interviews and observations involving migrant students selected using purposive sampling, while secondary data were obtained from relevant academic literature published between 2020 and 2025. Data were analyzed using the interactive model of Miles, Huberman, and Saldaña, including data reduction, data display, and conclusion drawing, with source triangulation employed to enhance credibility. The findings indicate that students' experiences of urban loneliness are associated with the loss of family-based social support, cultural adaptation challenges, and limited interpersonal interaction within an urban environment. The analysis further suggests that participation in mosque-based communities, religious activities, and practices of ta'awun contributes to strengthening perceived social support and a sense of belonging among participants. From the perspective of Civic Education, these findings can be interpreted as illustrating how religiously grounded social solidarity may reinforce civic virtue and social cohesion within a multicultural campus environment. This study contributes to the discussion on integrating religious social capital into strategies for supporting student well-being and strengthening inclusive citizenship.

Keywords: urban loneliness, migrant students, Ukhuwah Islamiyah, coping mechanism, civic virtue.



INTRODUCTION

Urbanisasi merupakan salah satu fenomena sosial yang terus berkembang di Indonesia dan membawa perubahan signifikan terhadap pola kehidupan masyarakat. Kota-kota besar berkembang menjadi pusat pendidikan, ekonomi, dan mobilitas sosial yang menarik banyak individu dari berbagai daerah untuk merantau, termasuk mahasiswa yang melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi. Namun, di balik peluang yang ditawarkan kehidupan urban, muncul berbagai tantangan sosial yang memengaruhi kesejahteraan individu, salah satunya adalah fenomena urban loneliness atau kesepian perkotaan. Fenomena ini merujuk pada kondisi ketika individu mengalami kesenjangan antara hubungan sosial yang diharapkan dengan hubungan sosial yang dimiliki sehingga memunculkan perasaan terasing, tidak terhubung, dan kehilangan kedekatan emosional meskipun berada di tengah lingkungan yang ramai.

Dalam beberapa tahun terakhir, loneliness telah menjadi isu global yang mendapatkan perhatian serius. WHO (2025) menjelaskan bahwa kesepian bukan hanya persoalan emosional, tetapi juga berkaitan dengan kesehatan mental, kesehatan fisik, serta kualitas partisipasi sosial individu dalam masyarakat. Bahkan, kelompok usia muda termasuk mahasiswa menjadi salah satu kelompok yang paling rentan mengalami loneliness karena berada pada fase transisi kehidupan yang menuntut adaptasi terhadap lingkungan sosial baru, tekanan akademik, dan perubahan identitas sosial. Kondisi tersebut semakin kompleks ketika mahasiswa harus hidup jauh dari keluarga dan lingkungan asal sebagai mahasiswa perantauan.

Mahasiswa perantauan menghadapi tantangan adaptasi yang tidak hanya berkaitan dengan akademik, tetapi juga penyesuaian sosial dan budaya. Perpindahan ke lingkungan perkotaan yang cenderung individualistik sering

kali menyebabkan berkurangnya dukungan sosial yang sebelumnya diperoleh dari keluarga maupun komunitas asal. Akibatnya, mahasiswa rentan mengalami keterasingan sosial, kesulitan membangun relasi interpersonal, hingga penurunan kesejahteraan psikologis (Irawan, 2005). Fenomena ini menunjukkan bahwa urban loneliness tidak dapat dipahami semata sebagai persoalan psikologis individual, melainkan juga sebagai persoalan sosial yang berkaitan dengan kualitas hubungan antarmanusia dalam kehidupan perkotaan modern.

Dalam perspektif Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan (PPKN), meningkatnya kecenderungan individualisme akibat kehidupan urban menjadi tantangan terhadap penguatan nilai solidaritas sosial. Kesepian yang berkepanjangan berpotensi melemahkan rasa memiliki (*sense of belonging*) terhadap komunitas sosial, mengurangi partisipasi dalam kehidupan masyarakat, serta menurunkan kepedulian terhadap lingkungan sekitar. Padahal, salah satu tujuan pendidikan kewarganegaraan adalah membentuk warga negara yang memiliki karakter sosial, sikap gotong royong, tanggung jawab, dan solidaritas sebagai implementasi nilai Persatuan Indonesia dalam Pancasila (Adrian et al., 2021). Oleh karena itu, urban loneliness dapat dipandang sebagai persoalan kewarganegaraan karena berhubungan dengan kualitas kohesi sosial dalam kehidupan masyarakat.

Di tengah tantangan tersebut, agama memiliki peran penting sebagai sumber dukungan sosial dan psikologis. Dalam ajaran Islam, konsep Ukhuwah Islamiyah menjadi salah satu fondasi utama dalam membangun kehidupan sosial yang harmonis. Ukhuwah Islamiyah tidak hanya dimaknai sebagai hubungan persaudaraan sesama Muslim, tetapi juga mencakup nilai kepedulian sosial, empati, solidaritas, dan praktik ta'awun (*tolong-menolong*) yang mampu memperkuat ikatan sosial dalam komunitas (Daud, 2022).

Melalui nilai-nilai tersebut, individu memperoleh dukungan emosional dan sosial yang dapat membantu mengurangi perasaan terasing serta meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Berbagai penelitian telah mengkaji hubungan antara loneliness, dukungan sosial, dan religiusitas dari berbagai perspektif. Eva et al. (2020) menunjukkan bahwa dukungan sosial berkontribusi secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa, terutama ketika diperkuat oleh tingkat religiusitas yang tinggi. Penelitian Han et al. (2020) juga menegaskan bahwa keterlibatan dalam komunitas keagamaan mampu meningkatkan sense of belonging sehingga memperkuat kesejahteraan psikologis individu. Selanjutnya, Surkalim et al. (2022) menjelaskan bahwa loneliness merupakan persoalan kesehatan masyarakat yang semakin meningkat pada kelompok usia muda akibat melemahnya kualitas relasi sosial. Temuan tersebut diperkuat oleh Lim et al. (2023) yang mengemukakan bahwa karakter masyarakat urban yang individualistik dan tingginya intensitas komunikasi digital berkontribusi terhadap meningkatnya keterasingan sosial pada mahasiswa. Sementara itu, Koenig (2023) menegaskan bahwa praktik keagamaan berperan sebagai sumber religious social support yang mampu meningkatkan resiliensi individu ketika menghadapi tekanan psikososial. Berbagai penelitian tersebut menunjukkan bahwa religiusitas dan dukungan sosial memiliki hubungan erat dengan kesejahteraan psikologis, namun implementasi nilai-nilai persaudaraan Islam (Ukhuwah Islamiyah) sebagai mekanisme coping dalam konteks mahasiswa perantauan masih belum banyak dieksplorasi.

Meskipun kajian mengenai urban loneliness, kesehatan mental mahasiswa, dan religiusitas telah berkembang secara signifikan, masih terdapat beberapa kesenjangan penelitian (research gap). Pertama, sebagian

besar penelitian memosisikan urban loneliness sebagai persoalan psikologis individual dengan menitikberatkan pada aspek kesehatan mental, sementara dimensi modal sosial berbasis nilai-nilai keagamaan masih belum banyak dikaji. Kedua, penelitian mengenai Ukhuwah Islamiyah umumnya lebih menekankan aspek normatif-teologis dibandingkan implementasinya sebagai mekanisme koping dalam kehidupan mahasiswa perantauan. Ketiga, kajian yang mengintegrasikan konsep Ukhuwah Islamiyah dengan perspektif Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan, khususnya dalam menjelaskan pembentukan civic virtue dan kohesi sosial di lingkungan perguruan tinggi, masih sangat terbatas. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang mampu menghubungkan ketiga perspektif tersebut dalam satu kerangka analisis yang utuh.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengalaman urban loneliness yang dialami mahasiswa perantauan di UIN Walisongo Semarang, mengkaji implementasi Ukhuwah Islamiyah sebagai mekanisme koping dalam menghadapi kondisi tersebut, serta menjelaskan kontribusinya terhadap penguatan civic virtue dalam perspektif Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan. Melalui tujuan tersebut, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis terhadap pengembangan kajian urban loneliness berbasis modal sosial keagamaan sekaligus memberikan rekomendasi praktis bagi penguatan kohesi sosial di lingkungan perguruan tinggi.

METHOD

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi kasus untuk memahami secara mendalam fenomena urban loneliness yang dialami mahasiswa perantauan di UIN Walisongo Semarang

serta peran Ukhuwah Islamiyah sebagai mekanisme koping dalam menghadapi kondisi tersebut. Pendekatan kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti mengeksplorasi pengalaman subjektif, persepsi, serta makna yang dibangun individu terhadap realitas sosial yang mereka alami (Creswell & Poth, 2018). Adapun metode studi kasus digunakan untuk memperoleh pemahaman yang kontekstual terhadap suatu fenomena dalam lingkungan nyata secara mendalam.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui wawancara mendalam (in-depth interview) dengan mahasiswa perantauan UIN Walisongo Semarang yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan informan berdasarkan pertimbangan tertentu yang sesuai dengan kebutuhan penelitian (Sugiyono, 2022). Kriteria informan meliputi: (1) mahasiswa aktif UIN Walisongo Semarang, (2) berasal dari luar Kota Semarang, (3) telah menjalani masa perkuliahan minimal satu semester, dan (4) bersedia menjadi informan penelitian. Adapun data sekunder diperoleh melalui studi dokumentasi terhadap berbagai literatur akademik yang relevan, seperti jurnal ilmiah, buku, laporan penelitian, dan publikasi akademik lainnya yang membahas urban loneliness, dukungan sosial, religiusitas, serta konsep Ukhuwah Islamiyah pada periode 2020–2025 (Ivania, 2023).

Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis tematik dengan mengacu pada model interaktif Miles, Huberman, dan Saldaña, yang meliputi tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pada tahap reduksi data, hasil wawancara dan dokumentasi diseleksi serta dikelompokkan berdasarkan fokus penelitian (Miles B et al., 2014). Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk kategori dan tema-tema utama yang menggambarkan hubungan antara fenomena urban loneliness dengan praktik

Ukhuwah Islamiyah sebagai mekanisme koping. Tahap akhir dilakukan melalui interpretasi data untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai kontribusi nilai-nilai Ukhuwah Islamiyah dalam membantu mahasiswa menghadapi kesepian sekaligus memperkuat karakter sosial mereka.

Untuk menjamin keabsahan data, penelitian menerapkan teknik triangulasi sumber dengan membandingkan hasil wawancara antar informan serta mengaitkannya dengan temuan-temuan dalam literatur yang relevan. Triangulasi dilakukan untuk meningkatkan kredibilitas dan konsistensi interpretasi data yang dihasilkan (Abdussamad, 2021).

RESULT AND DISCUSSION

Berdasarkan hasil dari wawancara mendalam dan studi literatur yang telah dilakukan, berikut adalah pemaparan mengenai fenomena urban loneliness pada mahasiswa perantau di UIN Walisongo Semarang, serta bagaimana implementasi Ukhuwah Islamiyah berfungsi sebagai mekanisme koping dalam menghadapi tantangan tersebut.

1. Urban Loneliness pada Mahasiswa Perantauan di UIN Walisongo Semarang

Hasil penelitian menunjukkan bahwa urban loneliness yang dialami mahasiswa perantauan di UIN Walisongo Semarang merupakan fenomena multidimensional yang tidak hanya berkaitan dengan kondisi fisik berada jauh dari keluarga, tetapi juga dipengaruhi oleh perubahan lingkungan sosial dan budaya. Seluruh informan mengungkapkan bahwa masa awal perkuliahan menjadi periode yang paling rentan terhadap munculnya perasaan kesepian. Rian dan Nabila, misalnya, mengaku mengalami kesulitan beradaptasi

dengan bahasa dan budaya lokal, sedangkan Sarah merasa terasing ketika tidak dapat memahami percakapan teman temannya yang menggunakan bahasa daerah tertentu.

Berdasarkan hasil wawancara, hampir seluruh informan mengungkapkan bahwa masa transisi pada semester pertama merupakan fase yang paling berat dalam proses adaptasi. Salah satu informan (Rian) menyampaikan:

"Awalnya saya merasa asing karena belum mempunyai teman dekat. Setelah kuliah selesai, saya langsung kembali ke kos dan jarang berinteraksi dengan mahasiswa lain sehingga sering merasa sendiri."

Pengalaman serupa juga disampaikan oleh Sarah yang mengaku mengalami kesulitan membangun komunikasi karena perbedaan bahasa daerah.

"Ketika teman-teman menggunakan bahasa Jawa saat bercanda, saya sering tidak memahami isi pembicaraan sehingga memilih diam."

Sementara itu, Nabila menjelaskan bahwa kesepian yang dialaminya bukan hanya karena jauh dari keluarga, tetapi juga karena belum menemukan lingkungan sosial yang mampu memberikan rasa memiliki (sense of belonging).

Fenomena tersebut sejalan dengan konsep social loneliness yang dikemukakan oleh (National Academies of Sciences, Engineering, 2020), yaitu kondisi ketika individu merasa tidak memiliki hubungan sosial yang bermakna meskipun berada di tengah lingkungan yang ramai. Pengalaman Dinda ketika sakit di kos dan Fikri yang merasa "kosong" di tengah keramaian kampus

menunjukkan bahwa keberadaan orang lain secara fisik tidak selalu mampu memenuhi kebutuhan emosional individu. Temuan ini juga mendukung hasil penelitian yang menjelaskan bahwa kesepian pada kelompok usia muda sering muncul akibat keterbatasan hubungan sosial yang berkualitas dan rendahnya rasa keterhubungan (connectedness) dengan lingkungan sekitar (Loader, 2016). Selain itu, menegaskan bahwa transisi kehidupan, termasuk perpindahan tempat tinggal dan lingkungan pendidikan, merupakan faktor yang meningkatkan kerentanan mahasiswa terhadap pengalaman kesepian (Irawan, 2005).

Dengan demikian, urban loneliness pada mahasiswa perantauan tidak dapat dipahami hanya sebagai persoalan psikologis individual, tetapi juga sebagai konsekuensi dari perubahan jaringan sosial, proses adaptasi budaya, dan karakter kehidupan urban yang semakin individualistik.

2. Ukhuwah Islamiyah sebagai Mekanisme Koping terhadap Urban Loneliness

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Ukhuwah Islamiyah berperan sebagai mekanisme koping yang efektif dalam membantu mahasiswa perantauan menghadapi urban loneliness. Bentuk pertama yang ditemukan adalah pemanfaatan ruang sosial keagamaan sebagai tempat membangun hubungan sosial dan memperoleh dukungan emosional. Rian dan Ahmad mengungkapkan bahwa masjid kampus Walibarokah menjadi ruang yang memberikan ketenangan sekaligus kesempatan untuk menjalin relasi dengan mahasiswa lain melalui kegiatan salat berjamaah, kajian, maupun organisasi dakwah.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa ruang keagamaan berfungsi sebagai sarana pembentukan modal sosial (social capital) yang memungkinkan individu memperoleh rasa diterima dan menjadi bagian dari komunitas. Dalam perspektif Islam, Ukhuwah Islamiyah tidak hanya dipahami sebagai persaudaraan sesama muslim, tetapi juga sebagai ikatan sosial yang mendorong munculnya rasa peduli, solidaritas, dan tanggung jawab terhadap sesama (Daud, 2022).

Bentuk kedua adalah praktik ta'awun atau tolong-menolong. Pengalaman Dinda yang dibantu teman-teman kos saat sakit, Nabila yang diajak makan ketika mengalami kesulitan ekonomi, serta Rian yang memperoleh bantuan dari teman-teman masjid menunjukkan bahwa nilai-nilai persaudaraan tidak berhenti pada tataran normatif, melainkan diwujudkan dalam tindakan nyata. Praktik tersebut mencerminkan perilaku prososial yang berfungsi sebagai sumber dukungan sosial bagi mahasiswa perantauan.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa dukungan sosial berkontribusi secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. Penelitian tersebut menegaskan bahwa keberadaan lingkungan sosial yang suportif mampu membantu mahasiswa menghadapi tekanan psikologis dan meningkatkan kualitas kesejahteraan mental mereka (Eva et al., 2020). Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa dimensi belonging dalam religiusitas memiliki kontribusi penting terhadap well-being mahasiswa karena memberikan rasa diterima dan menjadi bagian dari komunitas sosial (Han et al., 2020).

CONCLUSION

Penelitian ini menyimpulkan bahwa urban loneliness pada mahasiswa perantau di UIN Walisongo Semarang merupakan fenomena kompleks yang dipicu oleh hilangnya support system keluarga, gegar budaya, serta gaya hidup perkotaan yang individualistik dan impersonal. Dalam konteks ini, Ukhuwah Islamiyah terbukti berperan krusial sebagai mekanisme koping yang efektif melalui tiga dimensi utama: pemanfaatan ruang sosial keagamaan sebagai social hub, manifestasi konkret tindakan ta'awun (tolong-menolong), serta penguatan identitas kolektif yang dilandasi nilai akidah.

Secara teoretis dan praktis, praktik solidaritas berbasis Ukhuwah Islamiyah ini merupakan perwujudan nyata dari nilai Persatuan Indonesia dalam Sila Ketiga Pancasila. Melalui internalisasi nilai keagamaan, mahasiswa perantau berhasil mereduksi sekat kedaerahan dan membangun integrasi nasional yang inklusif di lingkungan kampus. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa Ukhuwah Islamiyah bukan sekadar praktik ritual keagamaan, melainkan modal sosial strategis dalam membentuk karakter warga negara (civic virtue) yang peduli, empatik, dan solutif terhadap tantangan kehidupan urban modern.

Keberhasilan mahasiswa dalam mengatasi keterasingan sosial melalui solidaritas berbasis nilai keagamaan ini menunjukkan bahwa kohesi sosial adalah kunci dalam menjaga kesehatan mental dan memperkuat integritas warga negara muda di masa depan. Penelitian ini menyarankan institusi pendidikan tinggi untuk terus memfasilitasi ruang-ruang interaksi sosial-keagamaan yang inklusif sebagai strategi preventif dalam mengatasi krisis kesehatan mental dan memperkokoh karakter kewarganegaraan mahasiswa.

BIBLIOGRAPHY

- Abdussamad, Z. (2021). *Buku Metode Penelitian Kualitatif* (S. E. Dr. Patta Rapanna M.Si (ed.); 1st ed., Vol. 1). CV. syakir Media Press.Adrian.
- K., Winarno, & Hartanto, R. V. (2021). *ANALISIS DAMPAK AKTIVITAS PROYEK TAMBANG TIMAH Di PERAIRAN LAUT PULAU BANGKA*

TERHADAP HAK ATAS PEKERJAAN NELAYAN TRADITIONAL : Perspektif Inclusive Citizenship Krisna Adrian , Winarno , Rima Vien Permata Hartanto Copyright © 202x (Krisna , Winarno , Rima. 11(November), 76–85.

- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry and Research Design* (4th ed.). Sage Publications.
- Daud, N. M. (2022). *Konsep ukhuwah islamiyah dalam penafsiran al-quran dan implikasinya pada masa pandemi covid-19 skripsi*.
- Eva, N., Shanti, P., & Hidayah, N. (2020). *Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator*. 5(3), 122–131.
<https://doi.org/10.17977/um001v5i32020p122>
- Han, B. H., Duncan, D. T., Arcila-mesa, M., & Palamar, J. J. (2020). *Co-occurring mental illness , drug use , and medical multimorbidity among lesbian , gay , and bisexual middle-aged and older adults in the United States : a nationally representative study*. 1–9.
- Irawan, S. (2005). *The Effect Of Self Concept On Students ' Interpersonel Communication*. 39–48.
- Ivania, V. (2023). *Systematic Literature Review (SLR): Pengaruh Model Pembelajaran Berbasis Problem Based Learning pada Hasil Belajar Matematika*. 1(5), 158–167.
- Loader, I. (2016). In Search of Civic Policing : Recasting the „, Peelian “ Principles. *Criminal Law and Philosophy*, 427–440.
<https://doi.org/10.1007/s11572-014-9318-1>
- Miles B, M., Huberman Michael, A., & Saldana, J. (2014). *Qualitative Data Analysis* (H. Salmon (ed.); 3rd ed.). Sage.

National Academies of Sciences, Engineering, and M. (2020). *Social Isolation and Loneliness in Old Adults*.
<https://doi.org/https://doi.org/10.17226/25663>.