

**COPING STRESS SANTRI KELAS 1 TSANAWIYAH
DALAM MENJALANI KEGIATAN DI PONDOK
PESANTREN HAJI YA'QUB
LIRBOYO KEDIRI**

SKRIPSI

OLEH

NUZUL FIKRI

NPM. 19.06.0.0341

NIK. 3327102312990088



**UNIVERSITAS ISLAM TRIBAKTI (UIT) LIRBOYO KEDIRI
FAKULTAS DAKWAH, USHULUDDIN DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
AGUSTUS 2023**

***COPING STRESS* SANTRI KELAS 1 TSANAWIYAH
DALAM MENJALANI KEGIATAN DI PONDOK
PESANTREN HAJI YA'QUB
LIRBOYO KEDIRI**

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Universitas Islam Tribakti (UIT) Lirboyo Kediri

untuk memenuhi salah satu persyaratan
dalam menyelesaikan program Sarjana Psikologi Islam

OLEH

NUZUL FIKRI

NPM. 19.06.0.0341

NIK. 3327102312990088

**UNIVERSITAS ISLAM TRIBAKTI (UIT) LIRBOYO KEDIRI
FAKULTAS DAKWAH, USHULUDDIN DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

AGUSTUS 2023

PERSETUJUAN PEMBIMBING

***COPING STRESS* SANTRI KELAS 1 TSANAWIYAH
DALAM MENJALANI KEGIATAN DI PONDOK
PESANTREN HAJI YA'QUB
LIRBOYO KEDIRI**

NUZUL FIKRI

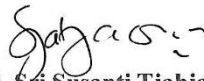
NPM. 19.06.0.0341

NIK. 3327102312990088

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Kediri, 25 Juni 2023

Pembimbing



(Dr. Hj. Sri Susanti Tjahja Dini., M. Pd)

NIDN. 2101067001

PENGESAHAN SKRIPSI

**COPING STRESS SANTRI KELAS 1 TSANAWIYAH
DALAM MENJALANI KEGIATAN DI PONDOK
PESANTREN HAJI YA'QUB
LIRBOYO KEDIRI**

NUZUL FIKRI

NPM. 19.06.0.0341

NIK. 3327102312990088

Telah dimunaqasahkan di depan Sidang Munaqasah
Universitas Islam Tribakti (UIT) Lirboyo Kediri
Pada Tanggal, 1 Agustus 2023

Ketua

Sekretaris

Dr. Hj. Sri Susanti Tjahja Dini, M. Pd.

NIDN. 2101067001

Nila Ainu Ningrum, M. Psi., Psikolog.,

CH., Cht.

NIDN.2109088602

Tim Penguji,

1. Pengujian Utama

Beti Malia Rahma Hidayati, S. Psi., M. Psi., Psikolog.(.....)

NIDN.2101019002

2. Penguji I

Dr. Hj. Sri Susanti Tjahja Dini, M. Pd. (.....)

NIDN. 2101067001

3. Penguji II

Nila Ainu Ningrum, M. Psi., Psikolog., CH., Cht. (.....)

NIDN.2109088602

Kediri, 1 Agustus 2023

Dekan Fakultas Dakwah

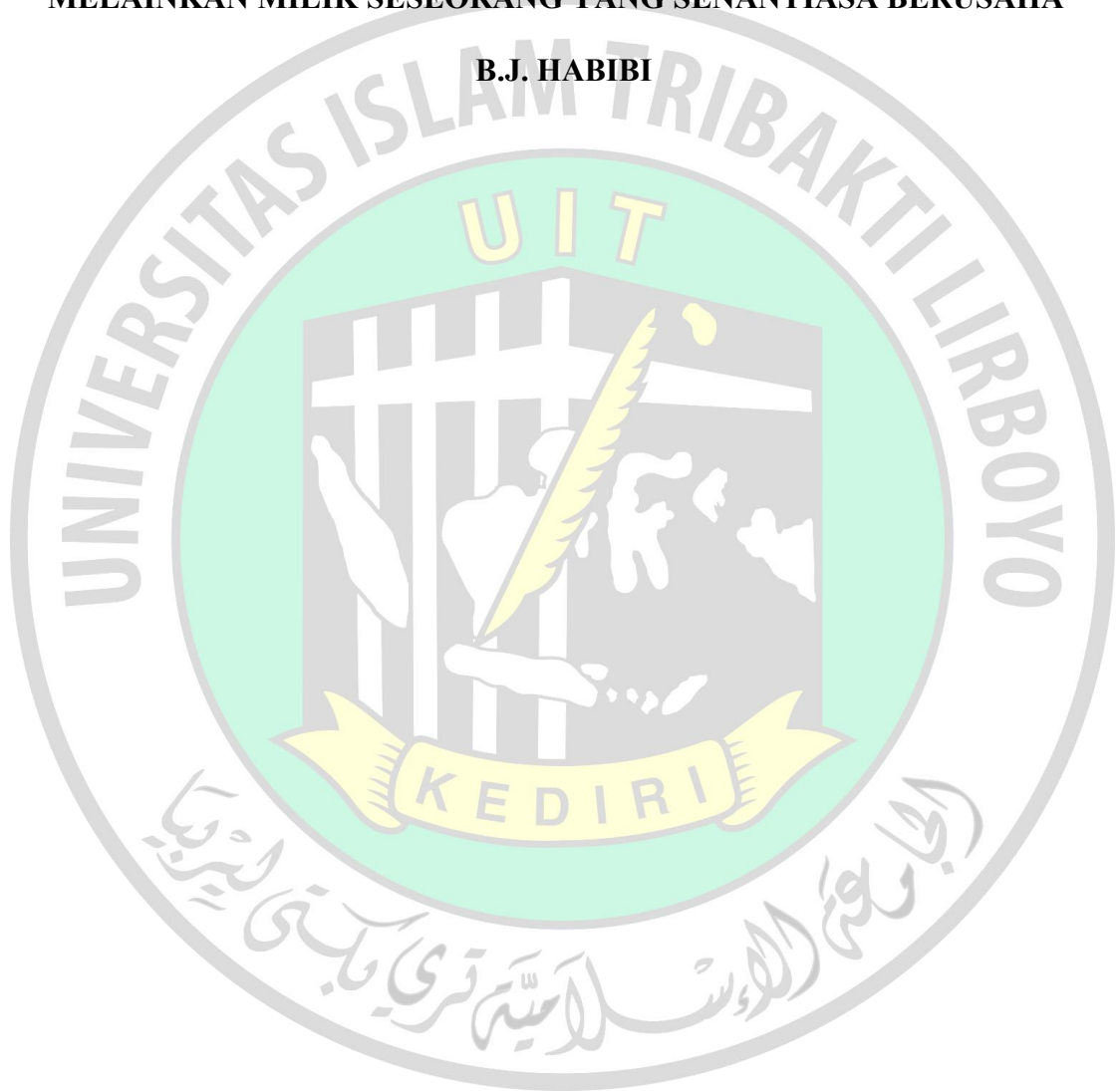
H. Mahfud, M.PD.I.

NIDN. 2106097401

MOTTO

**“KESUKSESAN BUKANLAH MILIK SESEORANG YANG PINTAR
MELAINKAN MILIK SESEORANG YANG SENANTIASA BERUSAHA”**

B.J. HABIBI



PERSEMBAHAN

Segala puji hanyalah milik Allah SWT semata. Allah yang maha pengasih dan tak pernah pilih kasih. Allah yang maha penyayang dan tak pernah terbatas kasih dan sayang-Nya, dan Allah yang maha kuasa yang tak tertandingi kekuasaannya. Semoga pembaca yang berbahagia termasuk golongan manusia yang selalu mensyukuri nikmat Allah SWT.

Sholawat serta salam, semoga senantiasa tercurahkan keharibaan baginda agung, yang diagungkan oleh yang maha agung, beliau Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan para sahabatnya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyelesaian Skripsi ini bukanlah hal yang mudah, tentu penulis tidak dapat menyelesaikan dengan baik tanpa adanya arahan, bantuan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, tidak berlebihan kiranya penulis mengucapkan rasa syukur dan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Dr. KH. Reza Ahmad Zahid, Lc, MA selaku rektor Universitas Islam Tribakti (UIT) Lirboyo Kediri.
2. H. Mahfudz, M.Pd.I selaku Dekan Fakultas Dakwah, beserta seluruh jajaran fakultas dakwah.
3. Ibu Dr. Hj. Sri Susanti Thadja Dini, M. Pd, selaku dosen pembimbing yang telah banyak membantu, memberikan pengarahan dan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Segenap Dosen Universitas Islam Tribakti Lirboyo Kediri yang telah memberikan ilmunya dengan tulus, khususnya Bapak/Ibu Dosen fakultas dakwah ushuluddin dan psikologi prodi psikologi islam.

5. Keluarga besar kelas psikologi islam angkatan 2019 dan teman- teman di kampus Universitas Islam Tribakti Lirboyo yang selalu memberikan dukungan dalam mengerjakan karya ilmiah ini.
6. Kedua orang tua tercinta, ayahanda tercinta Bapak Hartono dan Ibu tersayang ibu Tuminah, berkat doa dan jerih payah mereka dalam mengasuh dan mendidik penulis dengan tabah, sabar, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini, dengan penuh kebanggaan, dengan segala raga kami persembahkan kepada orang tua tercinta semoga Allah SWT selalu melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada mereka semua Aamiin.
7. Seluruh teman-teman yang telah banyak mendukung dan memberikan semangat kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “*COPING STRESS* SANTRI KELAS 1 TSANAWIYAH DALAM MENJALANI KEGIATAN DI PONDOK PESANTREN HAJI YA’QUB LIRBOYO KEDIRI”, ini dengan baik.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Puji syukur *Alhamdulillah* kami panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat, karunia, serta hidayah-Nya yang telah di berikan kepada saya khususnya dan kepada teman-teman umumnya, sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Sholatullah wasalamuhu semoga tetap tercurah limpahkan kepada nabi yang agung, yang diagungkan oleh yang maha agung, beliau Nabi Muhammad SAW sang pembawa kebenaran yang mengubah manusia menjadi yanberakhlaqul karimah.

Tidak ada kemudahan tanpa ada kesulitan, begitulah yang dirasa, namun dengan pertolongan Allah SWT, Penulis berbahagia atas selesainya Skripsi yang berjudul *COPING STRESS SANTRI KELAS 1 TSANAWIYAH DALAM MENJALANI KEGIATAN DI PONDOK PESANTREN HAJI YA'QUB LIRBOYO KEDIRI.*

Namun pertolongan Allah SWT tidak berhenti disitu saja, karena Allah SWT pun memberikan banyak pertolongan yang tak terkira sehingga memudahkan penulis untuk menyelesaikan Skripsi ini maka dengan mengucap Bismillah saya ucapkan banyak terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada yang terhormat:

1. KH. Muhammad Anwar Manshur, selaku pimpinan Yayasan Pendidikan Islam Tribakti (YPIT) yang senantiasa mendoakan keberhasilan pada kami.
2. KH. Abdulloh Kafabihi Mahrus, selaku ketua Senat IAIT Kediri

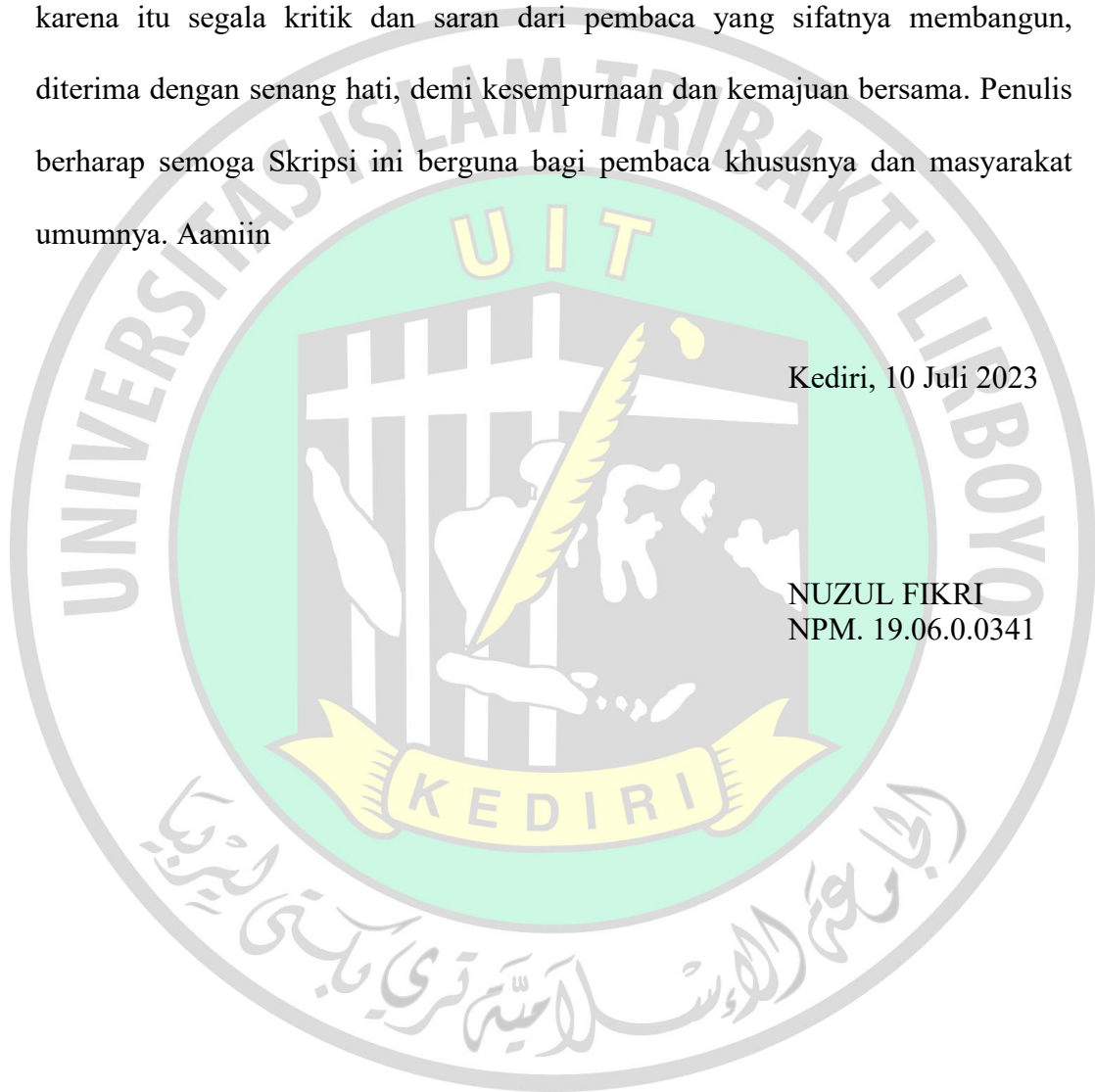
3. Dr. KH. Reza Ahmad Zahid, Lc, MA, selaku Rektor IAIT Kediri, beserta seluruh jajaran rektorat.
4. H. Mahfudz, M.Pd.I, selaku Dekan Fakultas Dakwah, beserta seluruh jajaran fakultas dakwah.
5. Ibu Dr. Hj. Sri Susanti Thadja Dini, M. Pd, selaku dosen pembimbing yang telah banyak membantu, memberikan pengarahan dan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Kedua orang tua yang selalu mendukung serta mendoakan di waktu sepertiga malamnya dan atas setiap tetes keringat yang jatuh sebab jerih payahnya dalam menafkahi, mendidik juga merawat penulis agar keberhasilan anaknya yang masih dijenjang pendidikan.
7. Guru-guru, teman-teman semua yang selalu mendukung atas terselesainya Skripsi yang berjudul “*COPING STRESS* SANTRI KELAS 1 TSANAWIYAH DALAM MENJALANI KEGIATAN DI PONDOK PESANTREN HAJI YA’QUB LIRBOYO KEDIRI”.
8. Seluruh sahabat-sahabat seperjuangan senasib dan sealmamater seangkatan AT-TSUROYYA Pondok Pesantren Haji Ya’qub Lirboyo Kediri yang selalu membangkitkan jiwa semangat juang, saling menolong dan menerima keluh kesah serta motivasi yang sangat berharga.
9. Keluarga Besar ASWA 1910 (Alumni Syubbanul Wathon API Tegal Rejo Magelang) senasib seperjuangan.

10. Semua pihak yang tidak bisa kami sebutkan satu persatu namanya, baik individu maupun instansi, yang telah membantu kami dalam menyelesaikan Skripsi ini dengan baik.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu segala kritik dan saran dari pembaca yang sifatnya membangun, diterima dengan senang hati, demi kesempurnaan dan kemajuan bersama. Penulis berharap semoga Skripsi ini berguna bagi pembaca khususnya dan masyarakat umumnya. Aamiin

Kediri, 10 Juli 2023

NUZUL FIKRI
NPM. 19.06.0.0341



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN MOTTO.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGHANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Konteks Penelitian.....	1
B. Fokus Penelitian.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Kegunaan Penelitian.....	6
E. Definisi Operasional.....	7
F. Penelitian Terdahulu.....	9
G. Sistematika Penulisan.....	12
BAB II KAJIAN TEORI.....	13
A. <i>COPING STRESS</i>	13
1. Pengertian <i>Coping</i>	13
a. Macam-macam <i>coping</i>	15
b. Jenis-jenis <i>coping</i>	17
c. Faktor-faktor <i>coping</i>	18
d. Fungsi <i>coping</i>	20
e. Metode <i>coping stress</i>	21
f. Proses terjadinya <i>coping</i>	23
2. Pengertian <i>Stress</i>	26
a.. Sumber-sumber <i>stress</i>	27

b.. Gejala-gejala <i>stress</i>	30
B. Pondok Pesantren.....	31
1. Pengertian Pondok Pesantren.....	31
a.. Unsur-unsur Pondok Pesantren.....	32
b.. Fungsi dan tujuan.....	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	37
B. Kehadiran Peneliti.....	39
C. Lokasi Penelitian.....	40
D. Sumber Data.....	40
E. Prosedur Pengumpulan Data.....	41
F. Teknik Analisis Data.....	43
G. Pengecekan Keabsahan Data.....	45
H. Tahap-tahap Penelitian.....	48
BAB IV: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	49
A. Setting Penelitian.....	49
1. Profil PP. Haji Ya'qub Lirboyo Kota Kediri.....	49
2. Struktur personalia.....	51
3. Jadwal Kegiatan.....	54
4. Jumlah Santri.....	55
5. Sarana dan Prasarana.....	56
B. Paparan Data Dan Temuan Hasil Penelitian.....	56
1. Permasalahan-permasalahan yang dialami Santri kelas 1 tsanawiyah dalam menjalani kegiatan di Pondok Pesantren Haji Ya'qub.....	56
2. <i>Strategi Coping stress</i> yang dilakukan oleh santri di Pondok Pesantren Haji Ya'qub dalam mengelola <i>stress</i>	66
C. Pembahasan.....	77
1. Permasalahan-permasalahan yang dialami Santri kelas 1 tsanawiyah dalam menjalani kegiatan di Pondok Pesantren Haji Ya'qub.....	77
2. <i>Strategi Coping stress</i> yang dilakukan oleh santri di Pondok Pesantren Haji Ya'qub dalam mengelolah <i>stress</i>	78

BAB V: PENUTUP	80
A. Kesimpulan	80
B. Saran	81
DAFTAR PUSTAKA	83
LAMPIRAN	88



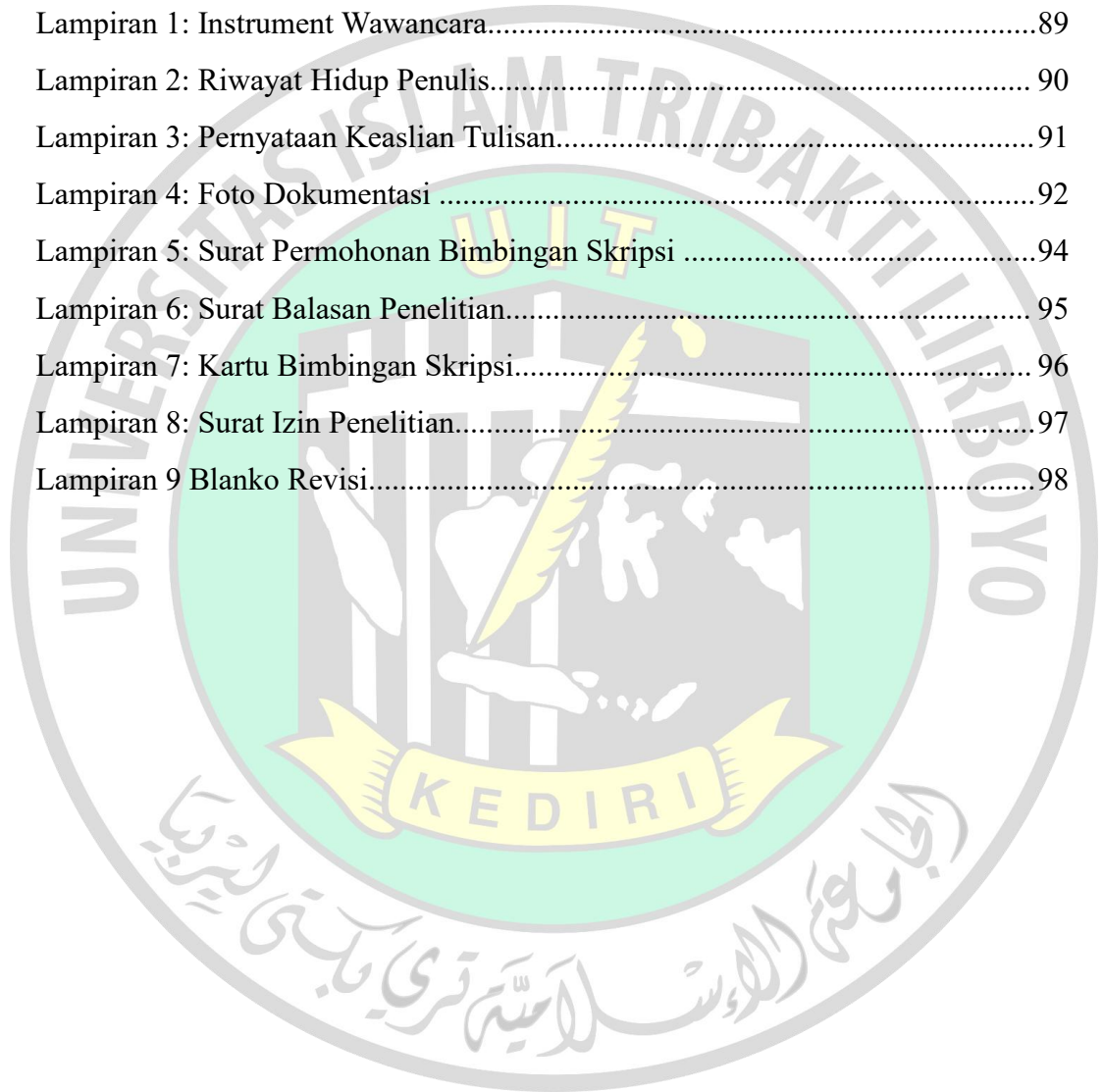
DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1. Jadwal Kegiatan Pondok Pesantren Haji Ya'qub Lirboyo.....	54
Tabel 4.2. Jadwal Jumlah Santri Pondok Pesantren Haji Ya'qub Lirboyo.....	54



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1: Instrument Wawancara.....	89
Lampiran 2: Riwayat Hidup Penulis.....	90
Lampiran 3: Pernyataan Keaslian Tulisan.....	91
Lampiran 4: Foto Dokumentasi	92
Lampiran 5: Surat Permohonan Bimbingan Skripsi	94
Lampiran 6: Surat Balasan Penelitian.....	95
Lampiran 7: Kartu Bimbingan Skripsi.....	96
Lampiran 8: Surat Izin Penelitian.....	97
Lampiran 9 Blanko Revisi.....	98



ABSTRAK

Nuzul Fikri, 2023: *Coping Stress* Santri Kelas 1 Tsanawiyah Dalam Menjalani Kegiatan Di Pondok Pesantren Haji Ya'qub Lirboyo Kediri, Psikologi Islam, Dakwah, UIT Kediri, Dosen Pembimbing Dr. Hj. Sri Susanti Tjahja Dini, M. Pd.

Kata Kunci: *Strategi Coping*, *Stress*, kegiatan Pondok.

Pondok Pesantren Haji Ya'qub merupakan Pondok Pesantren yang terkenal dengan tarekatnya yaitu mempeng atau bersungguh-sungguh dalam belajar, santri yang tumbuh dilingkungan pesantren dituntut dapat menjalani semua kegiatan yang sudah diatur oleh pondok, terkadang dari banyaknya tuntutan yang harus terpenuhi santri mendapati permasalahan-permasalahan dalam menjalani kegiatan yang ada dipondok pesantren sehingga mengharuskan bagi santri dapat menyelesaikannya.

Dari uraian diatas maka peneliti dapat memfokuskan masalah penelitian sebagai berikut; 1). Apa Permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh santri kelas 1 Tsanawiyah dalam menjalani kegiatan di Pondok Pesantren Haji Ya'qub?. 2). Bagaimana *strategi coping* yang dilakukan santri kelas 1 tsanawiyah di Pondok Pesantren Haji ya'qub dalam mengelolah *stress*?

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus dan menggunakan metode deskriptif kualitatif. Penelitian ini berusaha menggambarkan, menuturkan, melukiskan serta menguraikan data yang bersifat Kualitatif dan berusaha menemukan makna. Dalam hal ini peneliti akan mengamati, menggambarkan, dan menjelaskan tentang permasalahan yang dihadapi oleh santri dalam menjalani kegiatan dipondok pesantren dan *strategi coping* yang digunakan oleh santri. Temuan-temuan tersebut akan dianalisis untuk merekonstruksi konsep yang didasarkan pada teori empiris yang telah dipaparkan pada landasan teoretik dan kajian pustaka pada bab II.

Maka pisau analisis pada hasil penelitian ini menjelaskan bahwa permasalahan yang dihadapi santri kelas 1 tsanawiyah dalam menjalani kegiatan di Pondok Pesantren Haji Ya'qub Lirboyo Kediri yaitu faktor lingkungan yang tidak kondusif antara pekerjaan sekolah dan pekerjaan pondok harus diseimbangkan dan *stress* juga timbul dari dalam diri individu itu sendiri dan *strategi coping* yang dilakukan oleh santri untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya dalam menjalani kegiatannya di Pondok Pesantren yaitu menerapkan kedua *strategi*, yang paling dominan, ialah *emotional focused coping*, *strategi* yang berfokus pada pengendalian emosi, *strategi* yang berfokus pada emosi merupakan yang paling sering digunakan karena subjek lebih dalam mengatur respon emosional terhadap *stress* yang dialami, subjek juga berusaha mengubah situasi-situasi yang tidak menyenangkan melalui mengontrol diri dan

perasaan mendekatkan diri kepada Allah swt, berfikir positif dan mencari dukungan sosial.

