

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Dewasa ini di Indonesia telah banyak berkembang pondok-pondok pesantren baik tradisional maupun modern dan sekolah-sekolah berbasis Islam yang mendidik para santrinya untuk memahami dan memperdalam ilmu agama seperti halnya dalam mempelajari kitab kuning. Pondok atau pesantren salaf ialah salah satu bentuk lembaga yang bergerak dalam bidang pendidikan dan keagamaan yang memiliki karakteristik lebih menghususkan pembelajarannya pada bidang memperdalam keilmuan Islam. Pondok atau Pesantren salaf menyediakan kurikulum pembelajaran yang menitikberatkan pada kegiatan menghafal, sorogan dan musyawarah.¹

Santri-santri yang berada di pondok pesantren salaf memiliki variasi usia yang berbeda, mulai dari anak-anak hingga dewasa, namun pada umumnya santri yang tinggal di sebuah pondok pesantren rata-rata masih memasuki usia remaja dengan kisaran usia antara 12-23 tahun yang sedang mengalami masa peralihan dari masa anak-anak menuju ke masa dewasa. Masa perkembangan remaja berlangsung pada usia 13-23 tahun untuk laki-laki dan usia 12-21 tahun untuk perempuan. Masa remaja merupakan masa yang penuh dengan perubahan. Perubahan yang

¹Yulisa ediputri Dinarista, “*gambaran strategi coping pada santri di pondok tahfidzul quran*” (Surakarta: Fakultas Psikologi universitas muhammadiyah Surakarta, 2018), h. 53.

dimaksud adalah peralihan dari masa anak-anak menjadi dewasa yang tidak dilewati dengan mudah oleh setiap remaja. Peralihan tersebut meliputi perubahan besar pada aspek fisik, kognitif dan psikososial.² Masa ini sering juga disebut dengan masa *stress and storm* dimana remaja dihadapkan pada beberapa perubahan didalam hidupnya yang membuat remaja bingung. Perubahan tersebut bisa berupa perubahan yang terjadi pada fisiknya yang terus berkembang pesat seperti dalam ciri-ciri remaja, namun juga dapat berupa perubahan pada lingkungannya yang tidak jarang memaksa remaja untuk menjadi dewasa seperti yang diharapkan lingkungannya.³

Bahwa seorang remaja yang tinggal di sebuah pondok atau boarding school terkadang dapat memiliki beberapa perubahan dalam dirinya. Ketika seorang remaja yang tinggal didalam sebuah pondok harus menyesuaikan dirinya yang tinggal terpisah dengan orangtua atau keluarganya. Selain itu mereka juga harus dapat beradaptasi dengan lingkungan mereka dengan baik seperti dengan guru, teman, akademis dan peraturan-peraturan yang harus ditaati oleh remaja yang tinggal disebuah pondok. Aspek yang paling menantang adalah mereka harus melewati masa peralihan dilingkungan sekolahnya dengan mandiri,

²Feldman, r. d., & Papalia, d. e. *menyelami perkembangan manusia*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2014), h. 41.

³Hurlock, e. b. *Development Psychology*. Terj. Sutono, (Inggris: mc graw-hill inc, 2009), h. 23.

dimana tak jarang banyak remaja yang tinggal dipondok merasa kesulitan dan dapat memicu timbulnya *stress*.⁴

Saat ini telah banyak berkembang pondok pesantren salaf, dimana para santri di pondok ini memiliki tuntutan yang lebih, dimana selain melaksanakan kewajiban yang ada dipondok, santri juga dituntut untuk dapat memiliki nilai akademik yang bagus. Contohnya pada salah satu pondok pesantren salaf seperti Pondok Pesantren Haji Ya'qub yang kategorinya santri juga diperbolehkan bersekolah diluar kawasan pondok pesantren seperti SD, SMP, SMK dan Perguruan Tinggi, yaitu dari segi spiritual dimana santri memiliki ahlakul karimah dan berbudi pakerti luhur mampu berpidato, memiliki jiwa kepemimpinan dan selain itu santri juga harus memenuhi standar kelulusan yang ditetapkan oleh Lembaga Pendidikan yang ada diluar pesantren Ketika santri tersebut masih ada dalam penyelesaian studinya.

Dalam masa pertumbuhan santri yang bertempat tinggal di pondok pesantren juga memiliki tuntutan yang harus dipenuhi seperti halnya santri kelas 1 tsanawiyah Pondok Pesantren Haji Ya'qub harus melaksanakan semua kegiatan yang telah di atur oleh pondok dan tuntutan akademik, semua kegiatan itu harus berjalan beriringan, tidak di pungkiri bahwasannya santri kelas 1 tsanawiyah yang didominasi oleh mahasiswa semester 5-6 dan siswa SMK kelas 11 sering merasa tertekan

⁴ Donna Cross, Leanne Lester, Mander,j,d, *the social and emotional well-being and mental health implications for adolenscents transitioning tosecondary boarding school.int j child adolec health*, Vol. V. (2015).

oleh banyaknya kegiatan yang harus diselesaikan yaitu terlaksananya semua program jadwal atau kegiatan yang telah diberikan dari pondok atau dari lembaga pendidikan formal yang mana santri tersebut masih dalam penyelesaian studinya. Dimana dalam hal itu santri merasa berat untuk mengerjakan kedua kegiatan yang berbeda sekaligus, Dari hal itulah Padatnya kegiatan dan tuntutan yang diterima oleh santri tak jarang dapat menimbulkan berbagai permasalahan bagi santri.

.Hasil penelitian yang terdahulu.⁵ Menjelaskan bahwa permasalahan yang banyak di hadapi para santri berasal dari dalam maupun dari luar diri santri. Berdasarkan data dari 124 santri PPTQ X eks karesidenan Surakarta, 94% santri mengalami masalah yang berasal dari dalam dirinya seperti manajemen waktu, jenuh, bosan dan tidak mencapai target hafalan yang telah ditentukan. Sementara 6% menganggap sumber permasalahan dari luar dirinya seperti dengan teman teman dan konflik interpersonal lainnya. Santri usia remaja sedang mengalami proses pematangan baik itu pematangan fisik maupn pematangan psikologis. Semakin mendekatinya usia kematangan atau dewasa pada remaja, maka remaja semakin ingin meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan remaja tersebut hampir menginjak usia dewasa.⁶ Hal ini tak jarang membuat remaja sering mengalami keadaan tertekan yang muncul baik dari dalam maupun dari luar dirinya.

⁵Hertinjung, w s, *Strategi coping santri tahfidz quran studi eksplorasi pondok pesantren tahfodz quran*, (Yogyakarta: Unisa, (2017), h. 42.

⁶Hurlock, *development psychology*, h. 46.

Dalam menghadapi permasalahan atau tekanan yang timbul dari hal-hal yang dilakukan santri dalam menjalani kegiatan-kegiatan, santri memiliki upaya dalam menangani permasalahan atau tekanan yang santri hadapi yang bisa disebut *coping stress*, *coping stress* merupakan upaya untuk mencegah, menghilangkan dan mengurangi *stress* ataupun mentoleransi efek *stress* seminimal mungkin. *Strategi coping stress* mengacu pada cara seseorang untuk mengatasi konsekuensi emosional dari ancaman yang ada atau keadaan *stress*. Menurut Lazarus menjelaskan bahwa terdapat dua jenis *strategi coping* yaitu *emotional focused coping* yang digunakan untuk mengendalikan respon emosional terhadap situasi *stress* dan *problem focused coping* yang digunakan untuk mengurangi situasi *stress* dengan memperluas sumber daya untuk mengatasinya.⁷

Lalu bagaimana upaya yang dilakukan santri dalam mengatasi masalahnya, Kemudian apa permasalahan yang dihadapi santri ketika menjalani kegiatan pondok pesantren, sehingga dapat disimpulkan bahwa judul “*COPING STRESS SANTRI KELAS 1 TSANAWIYAH DALAM MENJALANI KEGIATAN DI PONDOK PESANTREN HAJI YA’QUB LIRBOYO KEDIRI*” sangat layak untuk dijadikan bahan penelitian.

B. Fokus Penelitian

⁷Sarafino, e. p. *Health Psychology. Biopsychology Interactions*, Terj. Mulyo (New york: john wiley & sons, inc, (1994), h. 134.

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 mengelola stres?

C. Tujuan Penelitian

1. Agar mengetahui permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh santri di pondok pesantren Haji ya'qub.
2. Agar mengetahui *strategi coping* yang dilakukan santri di pondok pesantren Haji ya'qub dalam mengelola *stress*

D. Kegunaan Penelitian

1. Secara teoritis

Sebagai sumbangsih wawasan pengetahuan dalam perkembangan ilmu Psikologi Islam, khususnya dalam tema manajemen pengendalian *stress* terkait dengan upaya pengembangan *Coping Strees* Santri Kelas 1 Tsanawiyah Dalam Menjalani Kegiatan Di Pondok Pesantren Haji Ya'qub Lirboyo Kediri.

2. Secara praktis

- a. Bagi Peneliti, sebagai refleksi pengembangan keilmuan penulis sesuai dengan wawasan keilmuan, serta memperkenalkan dan memperluas pemahaman pandangan baru terhadap upaya pengembangan *coping stress* yang dilakukan santri. sehingga

hanya terbatas pada perspektif Pesantren saja, namun juga secara psikologis.

- b. Bagi Universitas Islam Tribakti (UIT) Kediri, khususnya Fakultas Dakwah Prodi Psikologi Islam, sebagai tambahan pengetahuan dan kepustakaan bagi civitas akademika terutama Mahasiswa dalam keilmuan Psikologi serta, dapat menjadi bahan rujukan dalam penulisan skripsi, proposal, makalah, dan karya tulis ilmiah di masa-masa yang akan datang.
- c. Bagi Masyarakat, sebagai tambahan wawasan keilmuan dan memberikan pemahaman tambahan tentang upaya pengembangan *coping stress* para santri di Pondok Pesantren, yaitu dari sudut pandang psikologi

E. Definisi Operasional

Definisi operasional ini untuk mendefinisikan pengertian yang terkandung dalam pembahasan di atas. maka di perlukan penegasan istilah yang terdapat dalam studi penelitian ini, sebagai berikut:

1. *Coping Stress*

Perilaku yang membantu mengurangi atau mengatasi ketegangan inilah yang dinamakan dengan *strategi coping*. *Strategi coping* adalah suatu cara yang dilakukan individu dalam menghadapi dan mengantisipasi situasi dan kondisi yang berpotensi yang menimbulkan

tekanan atau mengancam baik fisik maupun psikis.⁸ Dalam kamus psikolog *coping* adalah perilaku atau tindakan penanggulangan dimana individu melakukan interaksi dengan lingkungannya yang bertujuan untuk menyelesaikan masalah.⁹

2. Pondok Pesantren

Pondok pesantren adalah gabungan dari dua kata, yaitu pondok dan pesantren. Istilah pondok berasal dari kata dalam bahasa Arab yaitu *funduq* yang berarti hotel atau asrama. Sedangkan istilah pesantren berasal dari kata santri, dengan awalan *pe* dan akhiran *an*, yang berarti tempat tinggal para santri. Kata santri sendiri, menurut C. Berg, berasal dari kata dalam bahasa India yaitu *shastri* yang berarti orang yang memahami buku-buku agama Hindu, atau sarjana ahli kitab suci agama Hindu. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan Islam yang menjadi tempat mendidik para santri untuk memahami dan ahli dalam kitab-kitab agama Islam dan ilmu agama Islam.¹⁰

F. Penelitian Terdahulu

⁸Risma Frianty & Ema Yudiani, “Hubungan Antara Kematangan Beragama dengan Strategi Coping pSantriwati di Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Lathifiyyah Palembang”, *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 1 (2015), h. 60.

⁹JP. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2004), h. 112.

¹⁰Mochammad Said, “Strategi Coping Santri Baru: Studi Kasus di Ponpes Al-Amin Mojokerto”, (seminar psikologi & kemanusiaan, Forum UMM Fakultas Psikologi Universitas Airlangga), Surabaya, 2015.

Dalam penelitian ini terdapat beberapa penelitian lain yang dijadikan sebagai bahan perbandingan dan acuan untuk dijadikan telaah pustaka yakni penelitian-penelitian yang sesuai dengan judul yang sedang penulis teliti diantaranya sebagai berikut:

1. Risma Frianty dan Ema Yudiani “Hubungan Antara Kematangan Beragama Dengan *Strategi Coping* Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Tahfidz Putri” jurnal Psikologi Islam vol. 1 no 1(2015).¹¹

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk mengkaji secara ilmiah hubungan antara kematangan beragama dengan *strategi coping* pada santriwati di Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al- Lathifiyyah Palembang.

Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel adalah purposive sampling. Penelitian ini memberikan hasil bahwa ada hubungan antara variabel kematangan beragama dengan *strategi coping* dengan nilai $r = 0,443$ dan sumbangan sebesar 19,6%.

Dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat hubungan antara kematangan beragama dengan *strategi coping* pada santriwati.

2. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Muhammad najmul umam, “*Strategi Coping* Santri Putri dalam Bimbingan Menghafal Al-Qur’an di Pondok Pesantren Nahdlatut Thalibin Tayu Kabupaten Pati Provinsi Jawa Tengah” skripsi mahasiswa jurusan Bimbingan

¹¹Risma Frianty And Ema Yudiani, "Hubungan Antara Kematangan h. 59-70

dan Konseling Islam, fakultas ilmu dakwah dan ilmu komunikasi, UIN syarif hidayatullah Jakarta 2017.¹²

Penelitian ini ingin memperoleh gambaran mengenai dinamika santri dalam menghadapi tekanan psikologi yang dihadapi oleh penghafal Al-Qur'an remaja. Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan penelitian kualitatif.

Dari hasil penelitian penulis dapat menyimpulkan bahwa *Strategi coping* santri putri Pondok Pesantren Nahdlatut Thalibin Tayu, dalam menghadapi kesulitan untuk menghafal Al-Qur'an adalah dengan menumbuhkan kesadaran diri, memilih tempat yang kondusif untuk menghafal Al-Qur'an, sering membaca dan langsung menyeter hafalan kepada guru pembimbing, berusaha untuk menghadapi semua tantangan dalam menghafal dan istiqomah (konsisten) kegiatan yang padat membuat siswi menjadi tertekan hingga mengalami kejenuhan. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif.

3. Khonsa'Izzatul Jannah, Permata Ashfi Raihana, dan Mohamad Ali, "*Strategi Coping* Remaja Penghafal Al- Qur'an Berasrama Dalam Menghadapi Kejenuhan" jurnal suhuf vol. 31 no. 2 (2019).¹³

¹² Muhammad Najmul Umam, "*Strategi Coping Santri Putri Dalam Bimbingan Menghafal Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Nahdlatut Thalibin Tayu Kabupaten Pati Provinsi Jawa Tengah*," (Jakarta: Uin Syarif Hidayatullah Jakarta ,2017), h. 96.

¹³Izzatul Khonsa Jannah, "*Strategi Coping Remaja Penghafal Al – Qur'an Berasrama Dalam Menghadapi Kejenuhan*," Suhuf 31, (2019), 107-117.

Penelitian ini dilatar belakangi dengan Siswi dituntut untuk dapat menghafalkan alquran sesuai dengan target, Kegiatanyang padat membuat siswi menjadi tertekan hingga mengalami kejenuhan. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kelima subjek mengalami kejenuhan karena kegiatan pembelajaran yang padat, Sehingga kejenuhan tersebut menyebabkan beberapa permasalahan kepada siswi. *Strategi coping* yang digunakan yaitu *problem focused coping* diantaranya: *active coping*, *confrontative*, *planful problem solving* dan *seeking social supports*. Kemudian subjek juga mengimbangi dengan menggunakan *emotional focused coping* diantaranya: *selfcontrol*, *positive reappraisal* dan *escape & avoidance*. Faktor yang paling berperan dalam pemilihan *strategi coping* adalah religiusitas dan dukungan sosial yang datang dari keluarga, ustadzah/ustadz dan teman-teman.

G. Sistematika Penulisan

Adapun sistematika penulisan yang penulis gunakan pada penelitian ini yaitu sebagai berikut:

Bab I: Pendahuluan, berisi tentang: a) konteks penelitian, b) fokus penelitian, c) tujuan penelitian, d) kegunaan penelitian, e) definisi operasional, f) penelitian terdahulu Dan g) sistematika penulisan

Bab II: Kajian Pustaka, berisi tentang: a) tinjauan pengertian *Coping Stress*, b) tinjauan pengertian Pondok Pesantren.

Bab III: Metode Penelitian, berisi tentang: a) jenis dan pendekatan penelitian, b) kehadiran peneliti, c) lokasi penelitian, d) sumber data dan e) prosedur f) pengumpulan data, g) teknik analisis data, h) pengecekan keabsahan data Dan i) tahap-tahap penelitian.

Bab IV: Hasil Penelitian dan pembahasan, berisi tentang: hasil penelitian, meliputi: a) Setting penelitian, b) Paparan data dan c) Pembahasan.

Bab V: Penutupan yang berisi tentang: a) Kesimpulan dan b) Saran

