

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pondok pesantren merupakan salah satu jenis lembaga pendidikan di Indonesia yang menyiarkan dakwah Islam untuk membentuk perilaku Islami masyarakat, dimana pengasuh ataupun peserta didik tinggal dalam satu lokasi pemukiman dengan didukung bangunan utama yang meliputi: rumah pengasuh, masjid, tempat belajar, serta asrama. Melalui proses pendidikan di dalam pesantren ini, diharapkan terwujudnya pribadi-pribadi Islami yang tidak hanya memiliki kecerdasan secara intelektual, namun pribadi yang juga memiliki akhlak mulia, beriman, kreatif, dan inovatif sehingga di kemudian hari dapat menyebarkan nilai-nilai mulia Islam kepada keluarganya, lingkungan sekitar serta seluruh umat manusia (Inayah & Fatimaningsih, 2013). Setiap pondok pesantren memiliki aturan masing-masing yang diterapkan untuk para santrinya. Ada pondok yang menetapkan untuk membiasakan santri menggunakan bahasa Arab dalam percakapan sehari-hari, namun ada juga pondok pesantren yang tidak begitu menekankan peraturan tersebut. Namun dengan beragamnya peraturan yang ditetapkan, mayoritas pondok pasti memiliki jadwal kegiatan yang padat dari bangun tidur hingga menjelang tidur kembali. Misalnya kegiatan pondok dimulai ketika menjelang shalat shubuh yaitu shalat tahajud, dilanjutkan dengan shalat shubuh berjama'ah. Dalam satu kegiatan tersebut terdapat pula aturan yang

ditetapkan. Ketika bel sudah terdengar, santri diberikan waktu kurang lebih 10 menit untuk bersiap-siap, kemudian akan terdengar bunyi bel tanda keterlambatan bagi santri yang belum sampai di aula, tempat shalat shubuh akan dilakukan. Santri yang terlambat akan dicatat namanya dan akan mendapatkan hukuman ringan, seperti berdiri ketika materi *ba'da* shubuh dilakukan. Aturan tersebut berlaku pula untuk semua kegiatan shalat berjama'ah. Lalu masih banyak pula aturan-aturan lain yang ditetapkan untuk mengatur segala aktivitas di pondok pesantren. Mulai dari kegiatan shalat berjama'ah, materi setelah shalat, jadwal piket harian, dan lain-lain. Begitu banyaknya aturan serta padatnya jadwal kegiatan yang ditetapkan tersebut terkadang membuat santri merasa penat tinggal di pondok, karena di usia remaja tersebut umumnya anak lebih memilih untuk berada pada kehidupan yang bebas mengeksplorasi bakat dan minatnya. Tinggal di pondok pesantren bukan hanya sekedar menuntut ilmu serta belajar tentang kedisiplinan dengan segala peraturan yang diterapkan, namun karena dalam 24 jam sehari pastilah kehidupan di pondok tidak terlepas dari kegiatan sosialisasi dengan sesama santri, baik dengan teman satu angkatan, kakak, serta adik tingkat. Selain itu juga masih ada pembina asrama serta guru di sekolah. Dengan beragamnya karakter yang dimiliki pada tiap individu, sesekali santri mendapatkan dirinya mengalami masalah dengan penghuni di pondok tersebut.

Menurut Erikson (dalam Santrock, 2003), ada delapan tahap perkembangan yang digambarkan ketika individu menyusuri rentang kehidupannya. Setiap tahap terdiri atas tugas perkembangan yang

mempertemukan individu dengan sebuah krisis. Remaja usia 10 – 20 tahun termasuk dalam tahapan *identity versus identity confusion*; dalam tahapan tersebut remaja berusaha mencari tahu diri mereka, seperti apakah mereka, dan kemana tujuan hidup mereka. Bagi Erikson, setiap krisis bukanlah suatu bencana, melainkan merupakan titik balik dari kerentanan yang semakin meningkat dan potensi yang semakin tinggi. Semakin berhasil individu menyelesaikan setiap krisis, semakin sehat individu tersebut secara psikologis. Salah satu contohnya adalah ketika individu berada di lingkungan pondok, individu tersebut akan menghadapi berbagai tuntutan, baik secara akademik maupun sosial. Selain santri dituntut untuk menguasai materi yang diajarkan, santri juga harus menaati ketatnya peraturan yang diterapkan di pondok, serta menghadapi berbagai masalah yang dialami dengan lingkungan sosialnya. Namun, setiap santri memiliki cara yang berbeda-beda untuk menghadapi dan menyelesaikan masalah, serta mengembangkan diri dari berbagai permasalahan yang dihadapi.

Seperti yang telah dipaparkan Hurlock, bahwa masa remaja menjadi masalah yang sulit diatasi, karena remaja menganggap bahwa dirinya mandiri, ingin menyelesaikan masalahnya sendiri serta menolak bantuan orang tua maupun guru (Hurlock, 1980). Banyak remaja yang menghadapi kenyataan bahwa cara yang mereka lakukan terkadang belum sesuai yang diharapkan karena ketidakmampuan mereka dalam mengatasi masalahnya sendiri. Ketika seorang individu menghadapi tuntutan yang menurutnya menantang, membebani, atau melebihi sumber daya yang dimiliki, maka individu tersebut

akan melakukan sebuah penyesuaian. Upaya penyesuaian atau upaya untuk menghadapi, melawan, atau menguasai situasi yang menekan disebut sebagai *coping*. *Coping* dibedakan menjadi dua macam, yaitu *coping* yang berfokus pada masalah dan *coping* yang berfokus pada emosi. Meskipun masa remaja merupakan masa yang masih labil, namun salah satu tugas perkembangan yang harus dicapai remaja adalah mencapai kedewasaan dengan kemandirian untuk menghadapi hidup dan mampu memecahkan problem-problem yang ada. Dengan demikian remaja diharapkan mampu memiliki kemampuan *coping* yang tepat dan sesuai dengan masalah yang dihadapi (Astuti, 2016).

Perilaku *Coping* merupakan suatu perilaku dimana individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitar dan bertujuan untuk menyelesaikan tugas atau masalah yang dihadapi (Chaplin, 2004). Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Rosmanah, 2013), *coping* dianggap sebagai faktor yang menentukan kemampuan manusia untuk melakukan penyesuaian diri terhadap situasi yang menekan. Sedangkan menurut Richard Lazarus (dalam Santrock, 2003), menyatakan bahwa *coping* adalah penanganan stress dimana individu memberikan respon terhadap situasi stress yang muncul melampaui batas sumber daya seseorang, terutama dengan menggunakan strategi defensif yang mengatur tuntutan dari eksternal atau internal yang muncul.

Ketika individu dihadapkan pada sebuah masalah, individu akan berusaha mengatasi masalah tersebut, bahkan mengembangkan potensi yang dimiliki untuk menjadi pribadi yang lebih baik. Seperti yang dikutip dari situs berita online Mediamadura.com, prestasi yang membanggakan ditunjukkan

santri putri Yayasan Pondok Pesantren (Ponpes) Nazhatut Thullab desa Prajjan, Kecamatan Camplong, Kabupaten Sampang, Madura, Jawa Timur, dalam mengikuti kompetensi semarak tiga bahasa (STB) 1437 H se-Indonesia yang diselenggarakan oleh Pondok Pesantren Al-Amin Prenduan Sumenep. Sebagai contoh seorang santri bernama Siti Aisyah Minnutfatin berhasil meraih juara 1 bahasa Arab. Prestasi tersebut mampu diraih karena semua santri di Ponpes ini selalu diwajibkan menggunakan bahasa arab dalam percakapan sehari-hari. Hal ini membuktikan bahwa kegiatan dan peraturan di yang ada di pondok mampu membuahkan prestasi bagi santri (Hariyanto, 2016). Berdasarkan pengalaman penulis ketika menjadi santri pada tahun 2009, santri yang tinggal di pondok pesantren berasal dari daerah yang beragam, misalnya pondok pesantren berada di kota Surakarta, maka santri yang tinggal di pondok tersebut mayoritas berasal dari luar kota, bahkan luar provinsi. Dengan salah satu contoh latar belakang santri tersebut tentunya karakter serta penggunaan bahasa yang dimiliki berbeda-beda. Sebagai contoh salah seorang santri bernama Fahreza yang berasal dari Jakarta. Di awal ia memasuki pondok, ia tidak memiliki satu orang pun teman yang dikenalnya. Namun ia memiliki kemampuan beradaptasi yang baik, ia sering tidak memahami apa yang dikatakan temannya yang biasa menggunakan bahasa jawa, Fahreza selalu berusaha tetap membaur bersama teman-temannya, sehingga dalam selang beberapa minggu ia telah mampu menjalani kehidupan di pondok dengan baik. Kedua contoh di atas merupakan harapan bagi pondok pesantren dalam mendidik para santri, yaitu santri mampu beradaptasi dengan

segala masalah yang dihadapi di pondok pesantren, terlebih lagi mampu meraih prestasi yang membanggakan dengan segala tantangan yang dihadapi di pondok.

Namun, kenyataan yang terjadi di pondok pesantren adalah tidak semua santri mampu mengambil sisi positif dari ketatnya peraturan, padatnya kegiatan, serta banyaknya materi pelajaran yang didapat di pondok pesantren. Ada pula santri yang tidak mampu menyelesaikan dengan baik permasalahan-permasalahan yang terjadi di pondok pesantren, sehingga santri melanggar peraturan, hal tersebut menunjukkan bahwa santri tersebut tidak memiliki *coping* yang baik terhadap permasalahan yang dihadapi. Masalah yang perlu diperhatikan dalam kasus ini adalah, ketika santri telah menerima banyaknya ilmu agama yang ditanamkan oleh para guru dan pembina asrama, santri tidak mampu mengaplikasikan ilmu tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Ketika santri memiliki masalah, santri tersebut menggunakan cara yang kurang tepat dalam menyelesaikan dan hal tersebut berakibat pada hal yang lebih serius, misalnya sampai melakukan perbuatan kriminal yang memakan korban jiwa. Seperti yang dikutip pada situs berita online Sindonews.com, bahwa seorang santri di Ponpes Darul, Muhammad Roihanul Ilmi Muadib tewas karena menjadi korban pengeroyokan sesama santri. Korban merupakan pengurus ponpes dan terlibat perkelahian dengan santri lainnya. Ayah korban menyesalkan peristiwa yang menimpa anaknya justru terjadi di kalangan santri (Firdaus, 2016). Contoh lainnya adalah berdasarkan dari pengalaman penulis selama menjadi santri pada tahun 2009, pelanggaran peraturan yang banyak

dilakukan santri antara lain seperti membawa *handphone* di pondok untuk berkomunikasi dengan lawan jenis, keluar dari asrama tanpa seizin pembina, memakai pakaian yang tidak syar'i, dan lain-lain. Hal-hal tersebut dilakukan oleh santri disebabkan oleh rasa penat yang dirasakan santri dan ingin melakukan segala hal yang mereka ingin lakukan, karena bagi remaja di luar pondok mungkin hal tersebut tergolong wajar. Namun, bagi santri yang hidup di pondok pesantren, tentunya harus menaati peraturan yang telah ditetapkan di pondok tersebut. Pelanggaran-pelanggaran yang biasa dilakukan santri tersebut seharusnya dapat lebih terkontrol, apabila para santri memiliki penyesuaian diri yang baik terhadap masalah yang dihadapi.

Santri diharapkan dapat memiliki strategi *coping* yang baik terhadap berbagai permasalahan yang dihadapi. Hal tersebut dapat ditunjukkan ketika santri menghadapi suatu masalah, santri hendaknya berusaha mendapatkan dukungan sosial, misalnya dengan mencari informasi yang dibutuhkan dan meminta bantuan dari orang lain. Kemudian mampu menghadapi masalah atau tidak menghindar dari masalah, aktif menyelesaikan masalah, melakukan strategi dalam pemecahan masalah, mampu mengendalikan emosi, mudah memaafkan, mampu menempatkan diri dalam berbagai situasi, serta senantiasa memandang masalah dari sisi positif.

Beragam permasalahan yang dihadapi santri di pondok pesantren akan dapat diselesaikan salah satunya apabila santri tersebut memiliki tingkat religiusitas yang tinggi. Ilmu-ilmu agama yang secara ketat dan disiplin diajarkan di pondok akan membuat santri lebih mudah untuk memahami

sekaligus menerapkannya langsung dalam kehidupan sehari-hari. Sistem di pondok pesantren mengajarkan pendidikan agama islam, serta menyelenggarakan pendidikan formal yang berbentuk madrasah, dan bahkan sekolah umum dalam berbagai tingkatan dan kejuruan sesuai dengan kebutuhan masyarakat (Inayah & Fatimaningsih, 2013). Beberapa manfaat yang didapatkan ketika anak bersekolah dengan sistem pondok adalah siswa mendapatkan pengawasan yang intensif oleh pengampu, kemudian tingginya frekuensi pembelajaran sehingga memperkuat ilmu yang diterima, dengan proses yang dijalani di pondok akan membentuk kebiasaan baik yang diajarkan di pondok, keuntungan lainnya adalah adanya integrasi proses belajar dengan kebiasaan sehari-hari. Dengan sistem pendidikan tersebut seharusnya santri memiliki religiusitas yang tinggi dalam kehidupan sehari-hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa religiusitas secara umum telah terbukti positif memprediksi perilaku prososial dan terbukti negatif memprediksi perilaku antisosial pada remaja (Stoltz dkk, 2013).

Religiusitas adalah internalisasi nilai-nilai agama berupa kepercayaan terhadap ajaran dalam diri seseorang baik di dalam hati maupun ucapan yang kemudian diaktualisasikan dalam perbuatan dan tingkah laku sehari-hari (Aviyah & Farid, 2014). Menurut Wong McDonald dkk (dalam Pratitis, 2015), religiusitas adalah suatu cara yang dilakukan individu menggunakan keyakinan dalam mengelola stres dan masalah-masalah dalam kehidupan. Religiusitas merupakan keadaan yang menghayati nilai nilai agama dengan

mematuhi ajaran agama sebagai pedoman dalam kehidupan sehari-hari (Saputri & Karyanta, 2011).

Jadwal kegiatan santri dimulai ketika adzan shubuh, yaitu melakukan shalat shubuh berjama'ah, setelah shalat terdapat beberapa materi yang disampaikan oleh pengurus pondok sebelum dilanjutkan melakukan kegiatan bersih-bersih pondok yang telah disusun jadwal piketnya. Setelah itu sarapan dan persiapan berangkat ke sekolah. Sekolah dimulai pada pukul 07.00 WIB sampai dengan pukul 14.15 WIB, namun biasanya masih ada jadwal tambahan atau ekstrakurikuler sampai pukul 17.00 WIB. Setelah itu dilanjutkan kembali kegiatan di pondok, yaitu shalat maghrib dan isya' serta terdapat pula materi setelah shalat kemudian dilanjutkan belajar malam sampai kurang lebih pukul 22.00 WIB. Kegiatan tersebut berlangsung setiap harinya. Selama 24 jam dalam sepekan santri hidup di pondok dengan segala rutinitas dan tugas di pondok maupun di sekolah. Setiap kegiatan santri baik di sekolah maupun di sekolah diatur oleh tata tertib yang bertujuan untuk membentuk kepribadian yang mandiri dan disiplin pada santri.

Tata tertib yang diterapkan di pondok pesantren meliputi peraturan terkait kegiatan akademik maupun peraturan yang mengatur kegiatan harian santri, seperti larangan membawa dan menggunakan barang elektronik, larangan membawa dan membaca majalah atau novel, kewajiban melaksanakan shalat berjama'ah di pondok, larangan keluar asrama tanpa perijinan, peraturan dalam berpakaian, dan lain sebagainya. Padatnya kegiatan dan ketatnya peraturan yang harus ditaati membuat kondisi santri menjadi

lebih tertekan, sehingga memungkinkan santri memiliki tingkat stres yang lebih tinggi.

Menurut Nevid dkk (2009), stres adalah suatu tekanan atau tuntutan yang dialami individu atau organisme yang mendorong agar ia beradaptasi dengan atau menyesuaikan diri. Sumber stres disebut stresor, stresor menyangkut faktor-faktor psikologis seperti seperti ujian sekolah, masalah hubungan sosial, dan perubahan hidup seperti kematian orang tercinta, perceraian, atau pemutusan hubungan kerja (PHK). Menurut Arumwardhani (2011), stres merupakan suatu tekanan yang dialami individu dalam usaha pencapaian target terhadap standar pemenuhan kebutuhan hidup manusia. Apabila standar pemenuhan kebutuhan hidup seorang individu terlalu tinggi, kemungkinan tekanan (stres) yang dialami akan semakin tinggi, demikian pula sebaliknya. Menurut Baum (dalam Taylor, 2012), stres adalah pengalaman emosional yang negatif disertai dengan perubahan biokimia, psikologis, kognitif, dan perilaku yang dapat diprediksi dan diarahkan baik untuk mengubah peristiwa stres atau mengakomodasi efeknya.

Dengan padatnya rutinitas serta kegiatan yang dilakukan santri membuat santri memiliki tingkat stress yang lebih tinggi. Namun dengan sistem pendidikan yang diterapkan oleh pondok pesantren, memungkinkan setiap santri memiliki religiusitas yang tinggi dengan adanya materi keagamaan yang lebih padat serta penerapan yang teratur. Dengan tingkat stress yang tinggi, namun dikontrol oleh religiusitas yang dimiliki santri, memungkinkan santri memiliki strategi *coping* yang baik terhadap permasalahan yang dihadapi

santri setiap harinya. Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah yang diangkat adalah apakah ada hubungan antara religiusitas dan tingkat stress dengan strategi *coping* pada santri pondok pesantren?

B. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka tujuan diadakannya penelitian adalah:

1. Mengetahui hubungan antara religiusitas dan tingkat stress dengan strategi *coping* pada santri pondok pesantren,
2. Mengetahui hubungan antara religiusitas dengan strategi *coping* pada santri pondok pesantren,
3. Mengetahui hubungan antara tingkat stress dengan strategi *coping* pada santri pondok pesantren,
4. Mengetahui tingkat strategi *coping* pada santri pondok pesantren,
5. Mengetahui tingkat religiusitas pada santri pondok pesantren,
6. Mengetahui tingkat stres pada santri pondok pesantren,
7. Mengetahui peranan religiusitas dan tingkat stress terhadap strategi *coping* pada santri pondok pesantren

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat dalam psikologi pada bidang psikologi sosial mengenai hubungan antara religiusitas dan tingkat stres terhadap strategi *coping* pada santri. Kemudian dapat memberikan kontribusi pula pada bidang psikologi pendidikan untuk memberikan inovasi dalam penanaman nilai agama pada santri agar santri dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari.

2. Manfaat Praktis

Kepada pengurus pondok pesantren diharapkan mampu memberikan hiburan bagi santri agar santri tidak terlalu tertekan dengan padatnya kegiatan di sekolah dan di pondok, sehingga santri bisa kembali menjalani aktivitasnya dengan suasana hati yang nyaman. Kemudian dengan hasil penelitian yang didapatkan, diharapkan dapat memberikan manfaat kepada pihak pondok sebagai acuan untuk memperbaiki, mempertahankan, atau meningkatkan potensi yang dimiliki santri. Selain itu diharapkan pula bagi peneliti-peneliti selanjutnya yang mengkaji bidang sama, guna menyempurnakan penelitian ini.