

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kebahagiaan merupakan idaman bagi setiap orang yang normal dan sehat. Oleh karena itu setiap manusia selalu mengupayakan kehidupan yang sejahtera baik pada fisik, sosial dan psikologis. Upaya tersebut dilakukan dalam pencapaian aktualisasi diri pada hidupnya dengan pemenuhan kebutuhan fisik, sosial maupun psikologisnya. Proses pemenuhan kebutuhan-kebutuhan manusia tentunya muncul banyak permasalahan sehingga dapat mengganggu perkembangan psikologis seseorang.

Pada tiap-tiap tahap perkembangan manusia biasanya disertai dengan berbagai macam tuntutan psikologis yang harus dipenuhi. Demikian pula pada tahap perkembangan remaja, dalam masa perkembangannya remaja memiliki beberapa tuntutan yaitu dapat menerima kondisi fisik yang dimiliki dan mampu memanfaatkan kondisinya dengan efektif, mendapatkan kebebasan emosional dari orangtua, dapat bergaul secara matang dengan lingkungan masyarakat yang berbagai jenis kelamin, dapat mengetahui dan menerima kemampuan diri, dan lain sebagainya.

Menurut Hall, masa remaja merupakan masa pergolakan yang penuh dengan konflik dan buaian suasana hati, oleh karena itu pada masa remaja akan ditemukan banyak permasalahan (Santrock, 2002). Nursidik (dalam Ramadhan, 2012)

menjelaskan permasalahan yang muncul seringkali disebabkan ketidakmampuan remaja untuk menghadapi dan menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi, sehingga akan ditemukan beberapa dampak negatif, misalnya kegagalan dalam akademik, penyimpangan perilaku dan lain sebagainya. Hal ini tentu dapat mempengaruhi kesehatan psikologis remaja dan dapat memunculkan gangguan seperti depresi, cemas, takut, hiperaktif, dan sebagainya.

Teori Erikson yang menjelaskan tentang tahap perkembangan individu, pada setiap tahap perkembangannya terdiri dari tugas-tugas yang menghadapkan individu dengan suatu krisis yang harus dihadapi. Bagi Erikson, krisis ini bukanlah suatu bencana tetapi suatu titik balik peningkatan kerentanan dan peningkatan potensi. Semakin berhasil individu mengatasi krisis, akan semakin sehat perkembangan mereka (Santrock, 2002).

Konsep kebahagiaan atau kesejahteraan sangat berhubungan erat dengan tokoh yang bernama Ryff yang melakukan penelitian tentang kebahagiaan pertama kali pada tahun 1989. Menurut Ryff kesejahteraan adalah suatu kondisi psikologis individu yang sehat ditandai dengan berfungsinya dimensi psikologis positif dalam proses mencapai aktualisasi diri. Proses pengaktualisasian diri pada individu merupakan suatu potensi yang mengarah pada kesejahteraan dan kebahagiaan hidup atau yang disebut dengan *psychological well being* atau kesejahteraan psikologis (Ryff, 1995).

Kesejahteraan psikologis dapat dicapai dengan memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi, berdasarkan penelitian Ryff dan Singer (1989), faktor yang mempengaruhi dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis individu meliputi usia,

jenis kelamin, status sosial ekonomi, faktor dukungan sosial, religiusitas dan kepribadian (Synder, 2002).

Penelitian yang telah dilakukan mengenai kesejahteraan psikologis diantaranya; penelitian Sasikala dan Cecil (2016) yang menyatakan bahwa interaksi antara orangtua dengan remaja, perhatian dari orangtua serta kedekatan dengan teman sebaya dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis remaja secara langsung maupun tidak langsung. Garcia, Sagone, De Caroli & Nima (2017) menemukan perempuan memiliki tingkatan yang lebih tinggi pada emosi negatif, seperti, *neuroticism*, kecemasan, depresi dan memiliki tingkatan yang lebih rendah pada optimisme daripada laki-laki.

Santri merupakan sebutan bagi individu yang mengikuti pendidikan agama Islam di pesantren, yang menetap di tempat tersebut hingga pendidikannya selesai (Wikipedia.id). Santri penghafal Al Qur'an merupakan individu yang belajar menghafal kitab suci Al Qur'an dan menetap di sebuah pesantren.

Pondok Pesantren Tahfizhul Al Qur'an (PPTQ) Al Bayaan merupakan sebuah lembaga pendidikan pesantren yang menitikberatkan pada Tahfizhul Qur'an (hafalan Al Qur'an). Pondok pesantren yang terletak di Desa Bedingin, Kelurahan Banmati, Kabupaten Sukoharjo ini memiliki 98 santri yang terdiri dari unit Tsanawiyah (SMP) dan 'Aliyah (SMA) dengan rentang usia dari 13 tahun sampai 19 tahun. Pondok pesantren tersebut dikelola oleh para ustadz dan ustadzah yang sudah hafal Al Qur'an.

Program pesantren ini memiliki tiga target pencapaian yaitu hafal Al Qur'an 30 juz dengan tajwid yang benar, mampu menguasai ilmu-ilmu agama islam yang sesuai dengan Al Qur'an dan sunnah serta mampu mengamalkan ilmu-ilmu islam dengan menyebarkan atau mendakwahkan kepada masyarakat sekitar. Metode penghafalan Al Qur'an di PPTQ Al Bayaan ini dengan target hafalan setiap hari dapat menambah hafalan sebanyak 1-3 halaman yang dimulai dari juz terakhir dari Al Qur'an dan terus berlanjut ke juz sebelumnya (mulai dari juz 30, 29, 28, dst) dengan waktu penyeteroran hafalan yaitu setelah subuh sampai jam 7 pagi. Kemudian pada sore hari setelah ashar, santri diwajibkan *muraja'ah* (pengulangan) hafalan yang telah disetorkan pada pagi harinya dan ditambah hafalan hari sebelumnya. Jika hari pertama menambah hafalan 1 halaman dan *muraja'ah* 1 halaman, dan hari kedua menambah hafalan 1 halaman lagi, maka pada sore hari kedua harus *muraja'ah* 1 halaman hari ini dan 1 halaman hari kemarin, begitu seterusnya.

Hari efektif kegiatan di PPTQ Al Bayaan adalah 6 hari yang dimulai dari hari Sabtu sampai Kamis. Setelah kegiatan penyeteroran hafalan yang diakhiri pada jam 7 pagi, santri harus segera bersiap-siap mandi, sarapan serta piket membersihkan kamar dan lingkungan pondok, belum lagi hampir semua kegiatan membutuhkan antrian panjang dengan santri lain karena keterbatasan fasilitas. KBM di PPTQ Al Bayaan berlangsung selama 3 jam yang dimulai dari pukul 08.00 WIB sampai pukul 11.15 WIB dengan waktu istirahat 15 menit. Seusai Kegiatan Belajar Mengajar (KBM), santri memiliki waktu istirahat sampai waktu ashar. Setelah ashar santri melakukan *muraja'ah* berpasangan sampai pukul 16.15

WIB. Santri memulai kegiatannya kembali setelah isya' yaitu kegiatan penambahan skill berupa *muhadloroh* (latihan dakwah), *mufrodat* (kosa kata asing), dan juga belajar malam. Khusus hari jum'at seluruh kegiatan diliburkan kecuali *muraja'ah* berpasangan. Pada hari jum'at santri melakukan *muraja'ah* sebanyak hafalan selama 1 minggu terakhir.

Hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti kepada 4 santri PPTQ Al-Bayaan pada 17 September 2018, tidak sedikit santri mengaku mengalami tekanan stres karena padatnya kegiatan di pondok dimana kurangnya hiburan, target hafalan yang tidak mudah, serta masalah lain yang berhubungan dengan teman, kakak kelas ataupun pengasuh. Hasil pengamatan peneliti diperoleh adanya santri yang menangis dan mengaku sakit ketika jam tahfidz berlangsung, keinginan untuk pulang ke rumah, dan seringkali santri menghubungi orangtua lewat telepon.

Penelitian mengenai penghafal Al Qur'an seperti yang dilakukan Sulaeman (2014) di Bandung diperoleh sebanyak 86% santri mengalami tekanan yang disebabkan oleh tuntutan akademik, relasi sosial dan peraturan. Kemudian sebanyak 37% santri mengalami tekanan yang disebabkan oleh tuntutan akademik yang berkaitan dengan standar kelulusan, berupa banyaknya mata pelajaran yang harus dikuasai, serta tuntutan dalam menghafal Al Qur'an. Begitu pula hasil survey yang dilakukan di pondok pesantren kampung tilawah Yayasan Budi Mulia Malang menemukan bahwa 3 dari 14 santri merasa terbenani dengan target hafalan al-Al Qur'an yang ditetapkan dalam program pesantren (Ramadhan, 2012). Menurut Chairani dkk (2010) beberapa kendala yang sering terjadi ketika

menghafal Al Qur'an adalah adanya rasa jenuh dalam menghafal Al Qur'an, merendahnya motivasi, gangguan asmara dan sukar menghafal.

Rifa'ah (2013) menjelaskan bahwa semakin meningkatnya motivasi membaca Al-Qur'an, dapat mempengaruhi ketentraman jiwa. Ivztan dkk (2013) menjelaskan bahwa agama dan spiritualitas memiliki pengaruh pada kesejahteraan psikologis. Terdapat pula hubungan positif yang kuat diantaranya karena kesejahteraan psikologis dapat tercipta ketika ada pengembangan psikologis (Hafeez dan Rafique, 2013).

Gambaran diatas dapat disimpulkan bahwa masalah-masalah santri penghafal Al Qur'an begitu kompleks. Bagi santri yang mampu menghadapi tuntutan dengan baik, maka akan mengarah pada kondisi psikologis yang positif dan mampu terbentuk kesejahteraan psikologis yang baik dalam diri individu. Individu dengan kondisi yang sejahtera berarti individu tersebut mampu menjalani fungsi-fungsi psikologis dalam dirinya. Ryff (1995) menyatakan, seseorang yang jiwanya sejahtera apabila ia tidak sekedar bebas dari tekanan atau masalah mental yang lain. Lebih dari itu, ia juga memiliki penilaian positif terhadap dirinya dan mampu bertindak secara otonomi serta tidak mudah hanyut oleh pengaruh lingkungan.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat ditemukan rumusan pokok permasalahan yang akan dijadikan dasar penelitian yaitu bagaimana kesejahteraan psikologis santri penghafal Al Qur'an. Rumusan masalah yang telah dipaparkan tersebut, penulis mengajukan penelitian dengan judul "*Kesejahteraan Psikologis Santri Penghafal Al Qur'an.*"

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami dan mendeskripsikan kesejahteraan psikologis santri penghafal Al Qur'an :

1. Untuk mengetahui kesejahteraan psikologis pada santri penghafal Al Qur'an.
2. Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis santri penghafal Al Qur'an.

C. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat. Adapun manfaat dari penelitian ini antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Memberikan tambahan informasi kajian teori-teori psikologi, khususnya mengenai kesejahteraan psikologis pada santri penghafal Al-Qur'an.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Santri Penghafal Al-Qur'an

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan untuk menyejahterakan psikologis santri dalam proses menghafal Al-Qur'an dan seterusnya.

b. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini dapat dijadikan pengetahuan tentang bagaimana memberikan dukungan serta fasilitas yang dibutuhkan untuk menyejahterakan psikologis santri penghafal Al-Qur'an.

c. Lembaga/Institusi Pendidikan Penghafal Al-Qur'an

Hasil penelitian ini dapat dijadikan evaluasi dalam hal kesejahteraan psikologis santri yang sedang menghafalkan Al-Qur'an.