

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Alquran adalah firman Allah SWT yang disampaikan oleh Malaikat Jibril dengan redaksi langsung dari Allah SWT Kepada Nabi Muhammad SAW, dan yang diterima oleh umat Islam dari generasi ke generasi tanpa ada perubahan (Anshori, 2013). Seiring berjalannya waktu dilakukan upaya untuk menjaga kelestarian dan keotentikan Alquran salah satunya dengan cara didirikannya pondok-pondok pesantren tahfidz Alquran. Definisi tahfidz Alquran yaitu proses mempertahankan, menjaga, dan melestarikan kemurnian Alquran sebagai mukjizat yang diturunkan oleh Allah SWT kepada Nabi Muhammad SAW melalui hafalan 30 juz yang dihafal oleh para penghafalnya untuk menghindari bahaya modifikasi, pemalsuan, dan bertujuan melindungi seluruh atau sebagian hafalan dari risiko kelupaan atau pun kesalahan (Iryadi, 2017).

Saat ini telah banyak berkembang pondok pesantren tahfidz Alquran salah satunya adalah pondok pesantren Tahfidz Bintang Alquran yang terletak di kota Bogor, Jawa Barat. Pondok pesantren tahfidz Alquran ini di bangun untuk masyarakat belajar tahfidz Alquran yang dikhususkan untuk yatim dan dhuafa sedangkan di pondok pesantren lain bisa untuk umum dan semua kalangan. Pondok Pesantren ini memiliki donatur tetap yang mendanai dan memfasilitasi kegiatan pondok pesantren karena pondok pesantren ini dikhususkan untuk santri yang tidak mampu secara finansial. Pondok pesantren ini menyediakan kurikulum pembelajaran yang menitikberatkan pada kegiatan menghafal Alquran, dan memiliki tujuan utama untuk melahirkan lulusan pondok pesantren Tahfidz Bintang Alquran sebagai seorang hafidz/hafidzah Alquran yang dapat bermanfaat dalam kehidupan bermasyarakat. Namun demikian pondok pesantren ini memiliki kurikulum MTS (Madrasah Tsanawiyah) dan MA (Madrasah Aliyah).

Kegiatan para santri diatur mulai dari bangun tidur hingga tidur kembali. Kegiatan dimulai pukul 04.00- 23.00 WIB. Santri juga memiliki kegiatan tahfidzul Alquran yang biasanya dilakukan diluar jam sekolah, selain disediakan waktu tersendiri santri juga harus dapat mengelola waktu dengan baik agar dapat memenuhi target hafalan Alqurannya. Santri juga memiliki kegiatan yang dilakukan saat hari libur yaitu membuat keterampilan tangan, seperti membuat anyaman tas, hiasan bunga, merajut dan merangkai bunga, yang kemudian akan dijual untuk kelangsungan hidupnya. Santri baru di pondok pesantren ini juga memiliki tuntutan yang harus dijalankan, seperti menghafal Alquran dan menyetorkannya setiap hari, dapat menggunakan dua bahasa (Arab dan Indonesia), serta mampu memenuhi tuntutan akademik dengan baik. Beberapa peraturan yang diterapkan oleh pondok pesantren

ini seperti tidak boleh keluar dari lingkungan pesantren, tidak boleh berinteraksi dengan lawan jenis, tidak boleh membawa alat-alat elektronik dan benda tajam, santri putri harus menggunakan rok (berpakaian muslimah), tidak boleh merokok dan menggunakan narkoba, dan lain-lain. Jika peraturan-peraturan yang berlaku di pondok pesantren dilanggar, maka santri akan dikenakan hukuman, tergantung jenis pelanggaran yang dilakukan. Contoh hukuman tersebut adalah menghafal beberapa surat Alquran, dijemur di lapangan, membersihkan beberapa fasilitas pesantren, diskors, sampai yang terberat adalah dikeluarkan dari pesantren.

Santri yang tinggal di pondok pesantren ini banyak yang berasal dari wilayah Jakarta, bogor dan sekitarnya. Santri yang tinggal di pondok pesantren ini sewaktu-waktu bisa dikunjungi bila santri ada keperluan, orang tua santri bisa mengunjungi anaknya di pondok, waktu untuk mengunjunginya juga dibatasi biasanya hari minggu dan hanya beberapa jam saja, kecuali jika santri izin sakit dan pada waktu libur panjang seperti kenaikan kelas. Namun santri di pondok pesantren ini tidak banyak mendapat kunjungan karena rata-rata orang tua santri berasal dari keluarga yang tidak mampu.

Santri yang berada di pondok pesantren ini rata-rata memiliki usia kurang lebih 12-18 tahun, dimana usia ini masuk kedalam masa remaja menurut tahap perkembangan dari Hurlock (2003). Santri yang berusia di bawah 18 tahun memerlukan pendampingan dari orang tua, arahan dan masih senang bermain dengan lingkungan di sekitarnya, tetapi santri harus tinggal di pondok pesantren. Anak dengan usia yang belum matang akan banyak mengalami kesulitan penyesuaian yang akan menimbulkan stress. Masa remaja merupakan masa dimana terjadi perubahan baik perubahan hormone, fisik, psikologis maupun social sehingga sering menyebabkan pergolakan emosi yang akan mengakibatkan minimnya kemampuan remaja untuk mengontrol emosi sehingga beresiko mengalami stress (Batubara, 2010). Remaja yang tinggal di pondok pesantren harus menyesuaikan dirinya yang tinggal terpisah dengan keluarganya, mereka juga harus beradaptasi dengan lingkungan dan peraturan-peraturan di pondok pesantren. Yang paling menantang adalah mereka harus melewati masa peralihan di lingkungan sekolahnya dengan mandiri, dimana banyak remaja yang tinggal di pondok merasa kesulitan dan dapat memicu timbulnya stress (Cross, Lester, & Mander, 2015). Terutama bagi seorang santri baru yang perlu beradaptasi dengan kegiatan dan aktivitas pondok pesantren yang akan berbeda dengan kebiasaan mereka sebelum tinggal di pondok pesantren.

Berdasarkan informasi yang didapat dari pondok pesantren, pada tahun ajaran 2018-2019, santri baru yang masuk 54 orang dan yang keluar/kabur 5 orang, persentase sebesar 9%. Pada tahun ajaran 2019-2020, santri baru yang masuk 62 orang dan yang keluar/kabur 8 orang, persentase sebesar 13%. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa turn over pondok pesantren mengalami kenaikan (Sumber:

wawancara bagian akademik, Desember 2020). Pengurus pondok pesantren menanggapi bahwa jumlah santri yang keluar atau kabur memang mengalami kenaikan. Santri yang kabur dan keluar mengalami tekanan yang begitu kuat seperti harus menghafal Alquran, harus menjalankan tuntutan dari pondok pesantren dan akademik dan diuntut dapat menyesuaikan diri secara efektif.

Banyaknya jadwal kegiatan di pondok pesantren, tak jarang pula muncul berbagai masalah yang dialami oleh santri. Di antaranya, merasa tidak betah, kabur, sakit, pindah sekolah, kesurupan, melanggar peraturan dan berbagai masalah yang menyangkut kehidupan para santri. Hal yang sama terjadi pada santri yang bernama MW ditemukan tewas gantung diri di ruang loker di sebuah pondok pesantren, dugaan polisi bahwa korban tewas karena gantung diri juga didasari adanya kecurigaan bahwa korban mengalami depresi (Radarbromo.com). Di pondok pesantren Darul Ulum Assyariyah santri di temukan tewas menggantung pada seutas tali di salah satu kandang sapi milik warga diduga korban bunuh diri karna mengalami stress (Beritajatim.com).

Para santri yang dapat menyesuaikan diri terhadap tuntutan, mereka akan dapat melakukan berbagai tugas dengan baik pula. Namun tidak tertutup kemungkinan apabila terdapat santri yang justru merasa terganggu dan terbebani oleh tuntutan-tuntutan yang ditujukan kepadanya dan menuntut untuk dipenuhi keadaan ini akan sangat merugikan, karena ketidakmampuan santri untuk memenuhi tuntutan dapat menyebabkan santri dalam kondisi yang tertekan dan tidak nyaman, kondisi seperti itu disebut dengan kondisi stress (Lazarus, 1999). Stress merupakan keadaan yang tidak dapat dihindari dan dihilangkan. Siapapun dapat mengalaminya, tidak terkecuali para santri yang tinggal di pondok pesantren ini. Dari karakter yang menyertai perkembangan remaja, remaja dalam periode transisi, maka remaja menjadi sangat potensial untuk mengalami stress.

Dalam menghadapi stress, seseorang dapat mengadakan penyesuaian diri secara efektif, yaitu mengarahkan tindakannya pada sasaran tertentu untuk mengatasi sebab-sebab stress. Sifat tindakan yang terarah pada sasaran ialah objektif, rasional dan efektif. Usaha yang dilakukan oleh individu dalam menghadapi stress, disebut sebagai tingkah laku *coping* (Baron & Byrne, 2005). *Coping stress* menurut Lazarus dan Folkman (2006) adalah suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan (Baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi *stressfull*. Dalam mengatasi stress, seorang akan melakukan *coping stress* untuk mengurangi reaksi stress yang mereka alami.

Lazarus dan Folkman (2006) membagi penyelesaian masalah menjadi *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. *Problem focused coping* yaitu perilaku penyelesaian masalah yang berpusat pada masalah. Individu akan mengatasi masalah

dengan aktivitas penyelesaian langsung, mempelajari cara-cara atau ketrampilan yang baru. Perilaku santri yang menunjukkan *Problem focused coping* yaitu ketika santri sedang ada tugas hafalan Alquran santri mencoba menghadapi masalahnya, jika santri tidak bisa ia akan mencoba meminta bantuan kepada ustazah atau teman sekamarnya agar ia bisa menghafal Alquran. Sedangkan *emotional focused coping*, yaitu perilaku penyelesaian masalah yang berpusat pada emosi. Digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stres tanpa mengatasi sumber masalah. Perilaku santri yang menunjukkan *emotional focused coping*, yaitu ketika santri sedang ada hafalan alquran tidak langsung menghafal tetapi malah menghindar dan menunda-nunda menghafal Alquran, ada beberapa santri ketika sedang ada hafalan Alquran santri mencoba menghadapi masalahnya dengan berdoa agar ia dapat menghafal dengan mudah.

Hasil wawancara subjek DNS (13 tahun) yang mengatakan:

“Disini teh kalau hari minggu suruh buat kerajinan tangan teh, aku mah suka sih buat keterampilan gitu kayak buat bunga-bunga, jadi tiap ada kelas keterampilan aku selalu ikut. Di pondok ini juga ditekankan wajib hafal alquran teh, awalnya sih aku belum biasa tapi aku mah usaha terus, kayak ada hafalan quran gitu dulu aku mah awalnya aku minta bantuan temen, kalau gak ya nanya sama ustazah cara gimana cara baca alquran, awalnya emang sih susah tapi lama-lama ya biasa jadi lancar hafalan alquran nya”

Dari hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa subjek DNS (13 tahun) diduga menggunakan penyelesaian masalah *problem focused coping* yaitu subjek selalu mengikuti kegiatan di pondok pesantren untuk membuat kerajinan tangan dan mampu memenuhi tuntutan dalam menghafal alquran.

Berbeda dengan subjek SAL (13 tahun) yang mengatakan:

“saya mah suka males kalau ada kelas keterampilan soalnya ribet gitu, harus buat anyaman tas padahal saya tuh paling gabisa kalau suruh buat keterampilan, makanya saya mah suka kabur kalau pas kelas keterampilan. Disini juga harus bisa hafalan quran teh, tapi saya mah suka pusing kalau hafalan alquran, soalnya saya paling susah kalau suruh inget makanya kadang mah saya suka pura-pura sakit biar gak suruh hafalan alquran.

Dari hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa subjek SAL (13 tahun) diduga menggunakan penyelesaian masalah *emotional focused coping* yaitu subjek beberapa kali tidak mengikuti kegiatan di pondok pesantren untuk membuat kerajinan tangan dan tidak mampu memenuhi tuntutan dalam menghafal alquran.

Berdasarkan uraian di atas, terlihat bahwa santri yang tinggal di pondok pesantren ini akan mengalami beberapa stressor yang dapat mengganggu kelangsungan santri baru dalam belajar dan tinggal di pondok pesantren. Stressor-stressor inilah yang nantinya dapat menyebabkan stress pada santri baru, sehingga pada akhirnya santri akan melakukan *coping stress* sebagai upaya untuk mengatasi stress yang dialami saat tinggal di pondok pesantren.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran *coping stress* pada santri baru yang tinggal di pondok pesantren Tahfidz Bintang Alquran.
2. Bagaimana aspek dominan dari *coping stress* pada santri baru di pondok pesantren Tahfidz Bintang Alquran
3. Bagaimana gambaran *coping stress* pada santri baru di pondok pesantren Tahfidz Bintang Alquran berdasarkan data penunjang.

1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.3.1 Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui gambaran *coping stress* pada santri baru yang tinggal di pondok pesantren Tahfidz Bintang Alquran.
2. Untuk mengetahui aspek dominan dari *coping stress* pada santri baru di pondok pesantren Tahfidz Bintang Alquran
3. Untuk mengetahui gambaran *coping stress* pada santri baru di pondok pesantren Tahfidz Bintang Alquran berdasarkan data penunjang.

1.3.2 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Memberikan gambaran *coping stress* khususnya dibidang psikologi klinis dan pendidikan.

2. Manfaat Praktis

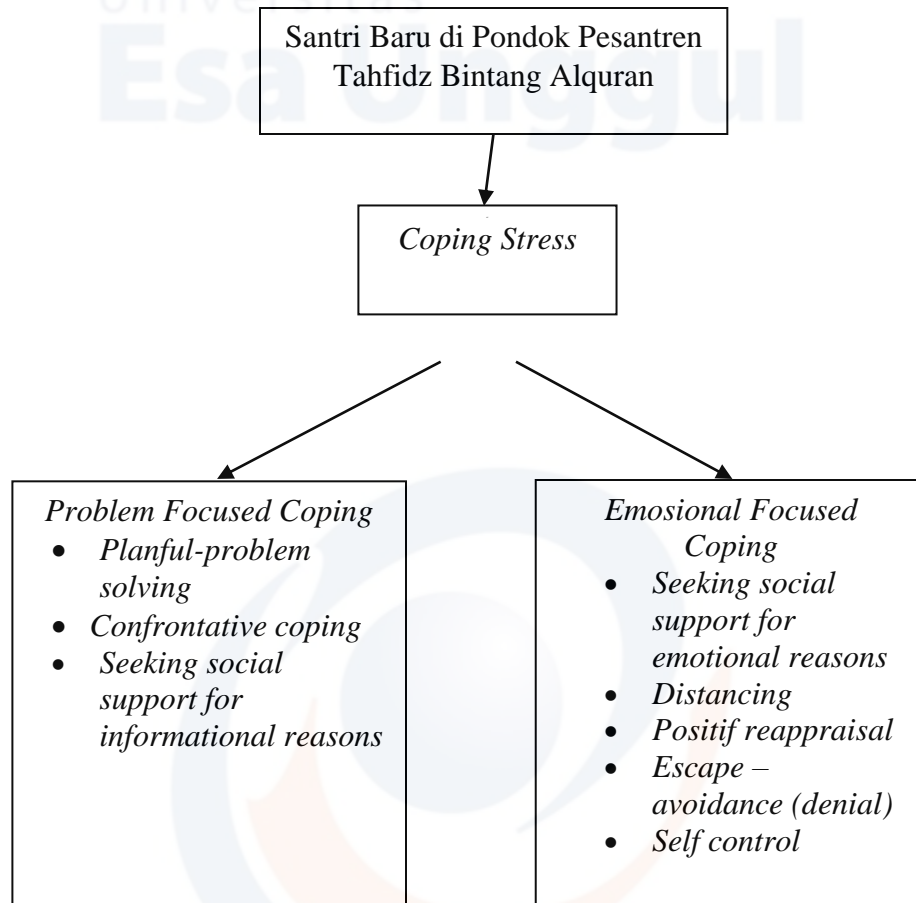
Diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak pondok pesantren untuk dapat memberikan dukungan kepada santri baru terkait masalah-masalah yang menyebabkan santri menjadi stress. Khususnya yang belum terbiasa menghafal Alquran sehingga dapat membantu santri baru tersebut mengatasi kesulitan dan memiliki *coping stress* yang baik.

1.4 Kerangka Berpikir

Pondok pesantren tahfidz Alquran ini dibangun untuk masyarakat belajar tahfidz Alquran yang dikhususkan untuk yatim dan dhuafa. Santri baru di pondok pesantren ini juga memiliki tuntutan yang harus dijalankan, seperti menghafal Alquran dan menyetorkannya setiap hari serta mampu memenuhi tuntutan akademik dengan baik. Pondok pesantren ini memiliki beberapa peraturan. Jika peraturan-peraturan yang berlaku di pondok pesantren dilanggar, maka santri akan dikenakan hukuman, tergantung jenis pelanggaran yang dilakukan. Santri yang mengalami tekanan yang begitu kuat seperti harus menghafal Alquran, harus menjalankan tuntutan dari pondok pesantren dan akademik dan dituntut dapat menyesuaikan diri secara efektif.

Dengan banyaknya jadwal kegiatan di pondok pesantren, tak jarang pula muncul berbagai masalah yang dialami oleh santri. Di antaranya, merasa tidak betah, kabur, sakit, pindah sekolah, kesurupan, melanggar peraturan dan berbagai masalah yang menyangkut kehidupan para santri. Para santri yang dapat menyesuaikan diri terhadap tuntutan, mereka akan dapat melakukan berbagai tugas dengan baik pula. Namun tidak tertutup kemungkinan apabila terdapat santri yang justru merasa terganggu dan terbebani oleh tuntutan-tuntutan yang ditujukan kepadanya dan menuntut untuk dipenuhi keadaan ini akan sangat merugikan, karena ketidakmampuan santri untuk memenuhi tuntutan dapat menyebabkan santri dalam kondisi yang tertekan dan tidak nyaman, kondisi seperti itu disebut dengan kondisi stress (Lazarus, 1999). Santri akan memilih strategi coping yang berbeda-beda dalam menangani dan menghadapi stres yang dialami akibat banyaknya tuntutan yang ada di dalam pondok pesantren dan peraturan baik akademis dan non akademis. Santri yang mengelola stresnya dengan cara ketika santri sedang ada tugas hafalan Alquran santri mencoba menghadapi masalahnya, jika santri tidak bisa ia akan mencoba meminta bantuan kepada ustazah atau teman sekamarnya agar ia bisa menghafal Alquran, diduga santri tersebut menggunakan strategi *problem focused coping*.

Sedangkan santri yang menggunakan *emotion focused coping* adalah santri yang memilih melarikan diri dari masalah sebagai pengalihan stress dengan cara kabur ke kamar atau ke kantin agar tidak setoran hafalan. Santri seperti ini cenderung menunda-nunda menghafal Alquran, tidak pernah berusaha menghafal tetapi hanya berdoa berharap agar ia dapat menghafal dengan mudah, dan mencoba mengalihkan masalah dari hal-hal yang tidak ia sukai dengan melakukan hal-hal yang disukainya, diduga santri tersebut menggunakan strategi *emotion focused coping*.



Gambar 1.1 Bagan Kerangka Berpikir

Universitas
Esa Unggul



Universitas
Esa Unggul

gugul

Universitas
Esa Unggul

Universi
Esa

gugul

Universitas
Esa Unggul

Universi
Esa