

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia sebagai makhluk sosial tentu menjalin hubungan dengan manusia lain di lingkungannya. Hal ini tentu akan mempengaruhi gaya kehidupan manusia itu sendiri, oleh karena itu lingkungan turut andil dalam terbentuknya perilaku seseorang. Sayangnya, tidak semua lingkungan serta bagaimana manusia menanggapi lingkungannya baik bagi manusia itu sendiri.

Manusia yang secara naluriah menginginkan kenikmatan dalam kehidupannya, justru terkadang malah menginginkan kehidupan orang lain yang terlihat sempurna. Hal inilah yang mungkin dapat membentuk perilaku-perilaku yang justru merugikannya seperti merasa kurang akan dirinya baik dari segi fisik, potensi bahkan harta yang sifatnya sementara. Akibatnya timbullah rasa kurang percaya diri dalam dirinya.

Oleh karena itu merasa cukup akan rezeki yang telah diberikan oleh Allah Swt. merupakan sikap yang harus dimiliki oleh manusia. Dalam islam sendiri, sikap tersebut dikenal dengan istilah *qana'ah*. Menurut Hamka sikap *qana'ah* ini dapat dijadikan kendali bagi manusia, dengan *qana'ah* manusia tidak akan hidup dengan rasa khawatir, dikarenakan dengan *qana'ah* seseorang percaya akan apa yang sudah ditakdirkan oleh Allah Swt (Ghofur, 2022, hal. 86-87).

Qana'ah ialah menerima dengan cukup (Hamka, Tasawuf Modern, 1995, hal. 231). Seseorang yang memiliki sikap *qana'ah* ialah orang yang dapat menerima segala yang telah di anugerahi oleh Allah Swt. *Qana'ah* tidak hanya merasa cukup akan harta benda seperti uang atau sesuatu yang materialistik, akan tetap lebih dari itu. Karena rezeki sendiri bentuknya luas seperti umur, keluarga, pekerjaan, potensi serta ketenangan pun merupakan rezeki yang diberikan oleh Allah Swt. Sehingga *qana'ah* ini merupakan sikap dasar yang perlu ditanamkan dalam diri manusia.

Allah Swt. dalam Q.S Al-Talaq ayat 3 telah menjanjikan untuk mencukupkan keperluan hambanya, ayat tersebut berbunyi:

وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا

“Dan menganugerahkan kepadanya rezeki dari arah yang tidak dia duga. Siapa yang bertawakal kepada Allah, niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)-nya. Sesungguhnya Allahlah yang menuntaskan urusannya. Sungguh, Allah telah membuat ketentuan bagi setiap sesuatu”

Sikap *qana'ah* juga menuntut seseorang untuk memaklumi diri sendiri dengan apa adanya, baik kelebihan maupun kekurangan pada diri sendiri. Hal ini dapat membuat seseorang untuk berdamai dengan diri sendiri, orang lain serta keadaannya, baik damai lahiriyah maupun damai bathiniyah. Dalam buku *The Art Of Happiness* karya Khalil A. Khavari *qana'ah* merupakan kebahagiaan yang sejati yang pada intinya *qana'ah* berarti menerima keadaan diri sendiri dengan ikhlas (Rujhan, 2020, hal. 40).

Sehingga sikap *qana'ah* juga dapat membantu kita agar tidak surut dalam keputusan dan tidak serakah. Sikap *qana'ah* dapat dikatakan sebagai stabilisator dan dinamisator dalam hidup. Stabilisator berarti seseorang yang memiliki sikap *qana'ah* senantiasa berlapang dada serta merasa tenang, merasa kaya dan berkecukupan (Gunawan, Qana'ah dan Tasamuh, 2013, hal. 13-14). Sedangkan dinamisator berfungsi sebagai kekuatan batin untuk mendorong seseorang meraih kemajuan dengan kemandiriannya, dengan tetap bergantung kepada Allah Swt (Gunawan, Indahnya Hidup dengan Tawadhu, Taat, Qana'ah dan Sabar, 2009).

Sama halnya dengan *qana'ah*, kepercayaan diri juga merupakan aspek penting dalam diri manusia karena dengan begitu manusia akan mampu menghadapi tantangan-tantangan dalam hidup. Kepercayaan diri juga dapat menjadi kekuatan untuk mengendalikan hidup dan menetapkan tujuan hidup.

Sehingga orang yang percaya diri ialah orang yang merdeka sejati (Hamka, Pribadi Hebat, 2020, hal. 60).

Namun terkadang kepercayaan diri seseorang kerap kali menurun. Faktor internal seperti konsep diri, harga diri, dan pengalaman hidup serta faktor eksternal yang diantaranya adalah pendidikan, pekerjaan dan lingkungan turut andil dalam tinggi rendahnya kepercayaan diri seseorang utamanya mereka yang sedang berada pada fase remaja (Yulianti & Bulkani, 2018, hal. 36).

Masa remaja sendiri merupakan masa peralihan kanak-kanak menuju masa dewasa menjadi salah satu masa seseorang mulai mengalami banyak perubahan seperti fisik, psikis maupun psikososial (Aristia, 2017, hal. 1). Oleh karena itu tak heran jika kepercayaan diri yang ada pada diri seorang remaja mudah menurun.

Menurunnya kepercayaan diri pada remaja tentu perlu ditangani, karena pada dasarnya kepercayaan diri akan tumbuh dan melekat pada diri seseorang jika dibarengi dengan usaha serta bagaimana seseorang tersebut menjalin interaksi dengan orang-orang dan lingkungan sekitarnya. Rasa percaya diri pada remaja ini akan mempengaruhi perkembangan potensi pada remaja. Rasa percaya diri ini perlu ditanamkan dalam diri remaja agar tidak mudah terpengaruh hal-hal negatif dari lingkungan sekitar (Saputro, 2022, hal. xii).

Berbicara soal lingkungan, pondok pesantren menjadi salah satu lingkungan yang cukup baik bagi remaja dalam pandangan masyarakat, tak sedikit orang tua yang menitipkan anaknya di pondok pesantren. Namun bagaimanapun santri yang berada di pondok pesantren tentu berasal dari berbagai latar belakang berbeda. Sehingga sifat, perilaku serta respon dari masing-masing individunya pun berbeda.

Hidup berdampingan dengan santri lain sudah menjadi suatu dinamika kehidupan di pondok pesantren, menjalin interaksi secara terus menerus pun menjadi suatu kebiasaan disana, namun karena hal tersebutlah tercipta hubungan yang cukup erat antara satu sama lain. Meskipun begitu, karena berasal dari latar belakang yang berbeda, tentu belajar menerima satu sama lain

pun perlu dilakukan. Karena sifat, sikap, fisik, ilmu, potensi dan sebagainya antar satu sama lain tentu berbeda.

Manusia sebagai makhluk yang kerap kali merasa tidak puas dengan keadaannya selalu mencari apa yang diinginkannya. Hal ini jugalah yang terkadang terjadi pada remaja di pondok pesantren, terlebih mereka hidup berdampingan dan tahu bagaimana keadaan satu sama lain.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu santri di Pondok Pesantren Raudlatul Banat yang berinisial AZ, mendapatkan bahwa dirinya terkadang merasa kurang percaya diri, ketika melihat teman-temannya lebih unggul dalam bidang akademik dan sebagainya. Hal tersebutlah yang terkadang membuat dirinya tidak percaya diri, akibatnya ia terkadang bermalas-malasan dan justru membuatnya sedikit stress.

Kemudian santri kedua berinisial SZ menyampaikan bahwa ia merasa kurang percaya diri dengan tubuhnya yang dirasa lebih besar dari teman-temannya, meskipun teman-temannya tidak mengolok-oloknya namun terkadang hal tersebut membuatnya kurang percaya diri akan tubuhnya, hal ini terkadang menyebabkan ia sedikit canggung ketika bersosialisasi dengan orang lain.

Namun meskipun begitu keduanya mengetahui bahwa hal tersebut tidak boleh dibiarkan berlarut-larut. Dan ketika keduanya merasa cukup akan dirinya (menerapkan konsep *qana'ah*) hal tersebut membuatnya lebih percaya diri, seperti AZ misalnya, ia menjadi lebih percaya diri ketika bertanya di depan kelas atau ketika musyawarah (kegiatan tanya jawab di Pondok Pesantren Raudlatul Banat). Dengan menerapkan konsep *qana'ah*, narasumber meyakini bahwa dengan *qana'ah* atau merasa cukup akan apa yang ada pada dirinya, ia dapat merasa lebih bersyukur dan justru hal tersebut meningkatkan kembali rasa percaya dirinya.

Berdasarkan permasalahan tersebut, dapat ditarik kesimpulan sementara bahwa dengan mengetahui serta menerapkan konsep *qana'ah* dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengkaji lebih jauh apakah para santri sudah merasa cukup akan dirinya serta keadaannya atau justru malah kebalikannya.

Dan bagaimana tingkat *qana'ah* yang ada pada diri para santri dan apakah tingkat *qana'ah* akan berpengaruh terhadap kepercayaan diri santri itu sendiri. Oleh karena itu peneliti akan mengambil objek pada santri di Pondok Pesantren Raudlatul Banat yang merupakan salah satu lembaga pendidikan islam yang terletak di Kabupaten Cirebon. Adapun judul penelitian skripsi ini adalah **“Pengaruh *Qana'ah* dengan Kepercayaan Diri Santri (Studi Kasus di Pondok Pesantren Raudlatul Banat Cirebon)”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat diperoleh rumusan masalah penelitian sebagai berikut, yaitu:

1. Bagaimana gambaran umum Pondok Pesantren Raudlatul Banat Cirebon?
2. Bagaimana gambaran *qana'ah* dan kepercayaan diri pada santri di Pondok Pesantren Raudlatul Banat Cirebon?
3. Bagaimana pengaruh *qana'ah* terhadap kepercayaan diri santri Pondok Pesantren Raudlatul Banat Cirebon?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui gambaran Pondok Pesantren Raudlatul Banat Cirebon.
2. Untuk mengetahui gambaran *qana'ah* dan kepercayaan diri pada santri di Pondok Pesantren Raudlatul Banat Cirebon.
3. Untuk mengetahui pengaruh *qana'ah* terhadap kepercayaan diri di Pondok Pesantren Raudlatul Banat Cirebon.

D. Kegunaan Penelitian

1. Segi Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi serta bermanfaat bagi perkembangan keilmuan Tasawuf dan Psikoterapi maupun keilmuan pada bidang lainnya yang berkaitan dengan *qana'ah* serta pengaruhnya terhadap kepercayaan diri santri.

2. Segi Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi pada penelitian selanjutnya, khususnya pada rumpun keilmuan Tasawuf dan Psikoterapi. Serta dapat dijadikan gambaran dan pemahaman terkait pengaruh *qana'ah* terhadap kepercayaan diri santri.

E. Kerangka Berpikir

Sebagai umat islam, *qana'ah* menjadi salah satu upaya untuk menjaga kesejahteraan serta hati yang tentram. Dalam Bahasa Arab, *qana'ah* berasal dari kata *qana'a* yang merupakan bentuk isim fa'il dari *qaani'i* yang berarti menerima sesuatu dari lapang dada (Sardi & Ardia, 2017). Menurut Hamka dalam buku berjudul tasawuf modern, *qana'ah* berarti merasa cukup. *Qana'ah* merupakan kekayaan yang sebenarnya. Hal ini sesuai dengan hadits Rasulullah Saw. yang artinya “*Bukanlah kekayaan itu lantaran banyak harta, kekayaan ialah kekayaan jiwa*” (Hamka, Tasawuf Modern, 1995, hal. 231).

Qana'ah artinya rela menerima dan merasa cukup dengan apa yang dimilikinya, serta menjauhkan diri dari sifat tidak puas dan merasa kurang yang berlebihan. Namun meskipun begitu *qana'ah* bukan berarti bermalas-malasan akan tetapi tetap berusaha sebaik-baiknya untuk meningkatkan kesejahteraan hidup dengan senantiasa bekerja dengan giat dan berusaha semaksimal mungkin. Dan meskipun hasilnya tidak memuaskan ia akan tetap bersyukur.

Seseorang yang memiliki sikap *qana'ah* juga merupakan seseorang yang beruntung, hal ini dijelaskan dalam hadits Rasulullah Saw., yang artinya

“Sungguh bahagialah orang yang islam dan ia mencukupkan diri dengan rejekinya dan merasa qana’ah kepada Allah Swt dengan apa yang diberikan kepadanya” (H.R. Muslim) (Gunawan, Qana'ah dan Tasamuh, 2013, hal. 13). Menurut pandangan kaum sufi sendiri, kekayaan yang sesungguhnya adalah kekayaan jiwa (Pamungkas, 2012, hal. 72).

Qana’ah sendiri mengandung lima perkara, yaitu: menerima dengan rela apa yang telah diberikan Tuhan, memohon tambahan yang pantas serta senantiasa berusaha, menerima dengan sabar akan ketentuan Tuhan, senantiasa bertawakkal dan yang terakhir tidak tertarik oleh tipu daya dunia (Hamka, Tasawuf Modern, 1995, hal. 231). Konsep *qana’ah* Hamka sendiri menuntut adanya keikhlasan serta kerelaan hati dengan menerima akan segala hal yang telah dikaruniakan oleh Allah Swt. dengan senantiasa berusaha secara maksimal (Ghofur, 2022, hal. 121).

Qana’ah juga menyuruh untuk percaya akan adanya kekuasaan Tuhan yang melebihi kekuasaan manusia, sabar menerima ketentuan Allah Swt. yang kurang menyenangkan diri serta bersyukur jika dipinjami-Nya nikmat. *Qana’ah* bukan berarti bermalas-malasan dan merasa pasrah akan apa yang ada dalam dirinya, akan tetapi tetap bekerja, berusaha sebaik mungkin. Karena semasa nyawa dikandung badan, kewajiban belum berakhir (Hamka, Tasawuf Modern, 1995, hal. 233).

Seseorang yang memiliki sikap *qana’ah* memiliki pendirian bahwa apa yang diperolehnya atau apa yang ada dalam dirinya merupakan ketentuan Allah Swt. Hal ini sesuai dengan firman Allah Swt. dalam Q.S Hud ayat 6:

“dan tidak ada suatu binatang melata pun di bumi melainkan Allah Swt. yang memberi rezekinya, dan Dia mengetahui tempat berdiam binatang itu dan tempat penyimpanannya. Semuanya tertulis dalam kitab yang nyata (Lauh Mahfuzh)”

Sikap *qana’ah* juga menuntut seseorang untuk memaklumi diri sendiri dengan apa adanya, baik kelebihan maupun kekurangan pada diri sendiri. Hal ini dapat membuat seseorang untuk berdamai dengan diri sendiri, orang lain

serta keadaannya, baik damai lahiriyah maupun damai bathiniyah. Dalam buku *The Art Of Happiness* karya Khalil A. Khavari *qana'ah* merupakan kebahagiaan yang sejati yang pada intinya *qanaah* berarti menerima keadaan diri sendiri dengan ikhlas (Rujhan, 2020, hal. 40).

Kepercayaan diri merupakan perasaan serta sikap positif yang dimiliki individu akan kemampuannya dirinya untuk mengembangkan nilai-nilai positif yang ada pada dirinya maupun terhadap lingkungannya (Zuntari, 2007, hal. 22). Sedangkan menurut Lauster kepercayaan diri ialah sikap maupun perasaan yakin terhadap kemampuan diri, yang berarti tidak begitu cemas terhadap tindakan yang dilakukannya serta merasa bebas akan berbagai hal yang ingin dilakukannya dan bertanggung jawab atas perbuatannya, sopan ketika berinteraksi dengan orang lain serta memiliki dorongan prestasi dan mengenali kekurangan dan kelebihan diri (Pasaribu, 2020, hal. 26).

Menurut Elfiky percaya diri ialah berbuat sesuatu dengan penuh keyakinan, apapun tantangan yang harus dihadapi dan dalam kondisi bagaimanapun untuk menggapai cita-cita (Hidayat W. , 2017, hal. 8)

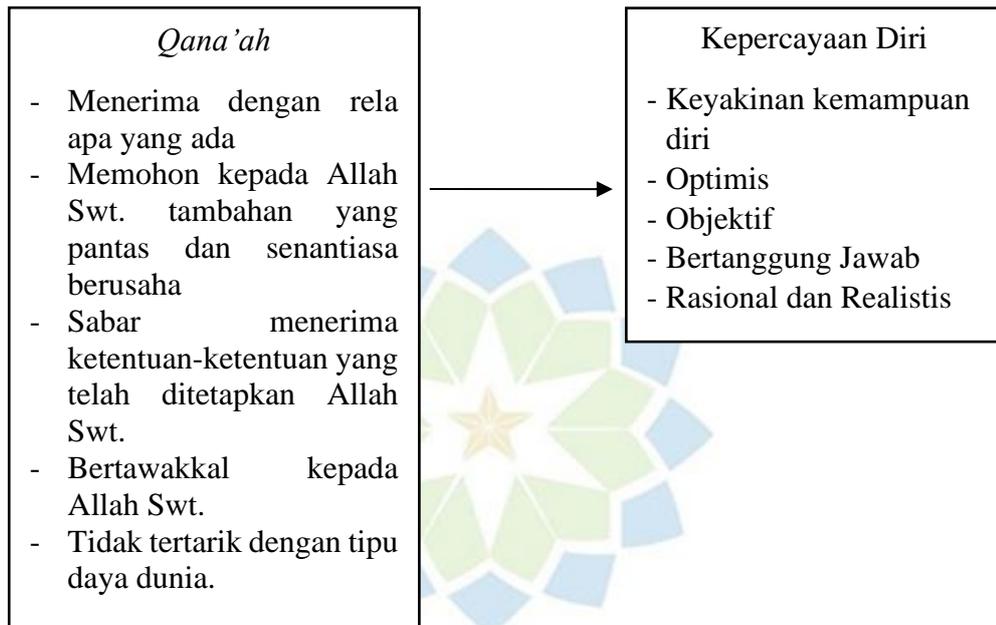
Dalam islam sendiri, percaya diri dijelaskan dalam Q.S Ali Imran ayat 139 yang berbunyi:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ
“Janganlah kamu (merasa) lemah dan jangan (pula) bersedih hati, padahal kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang beriman” (Kementrian Agama RI, 2019).

Ayat ini berbicara tentang kepercayaan diri yang ada kaitannya dengan sifat dan sikap seorang mukmin yang memiliki nilai positif diiringi dengan keyakinan yang kuat. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri adalah orang yang tidak takut dan tidak sedih serta tidak merasa gelisah, mereka ialah orang-orang yang beriman dan senantiasa istiqomah. Sehingga kepercayaan diri dalam islam adalah keyakinan terhadap diri sendiri yang berlandaskan keimanan kepada Allah Swt (Huda, 2016, hal. 66).

Berangkat dari kerangka teori diatas, maka peneliti ingin menguji apakah terdapat pengaruh sikap *qana'ah* terhadap kepercayaan santri di Pondok Pesantren Raudlatul Banat, maka diperoleh skema sebagai berikut:

Bagan 1. 1 Kerangka Berpikir



F. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara atas rumusan masalah yang hendak diuji kebenarannya atau prediksi terhadap hasil yang akan diperoleh (Ahmad Fauzy, 2022). Adapun hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut:

Ha: Terdapat pengaruh sikap *qana'ah* terhadap kepercayaan diri pada santri di Pondok Pesantren Raudlatul Banat Cirebon.

Ho: Tidak terdapat pengaruh sikap *qana'ah* terhadap kepercayaan diri pada santri di Pondok Pesantren Raudlatul Banat Cirebon.

G. Hasil Penelitian Terdahulu

Guna mendukung penelitian yang saya teliti, maka terdapat beberapa penelitian sebelumnya yang terkait dengan pengaruh sikap *qana'ah* terhadap

kepercayaan diri santri, diantara beberapa penelitian yang relevan adalah sebagai berikut:

1. Wildatul Ula, dengan judul “Gaya Hidup *Qana'ah* dalam Membentuk *Self Image* Positif Santri Pondok Pesantren Nurul Ulum Cindogo Tapen Bondowoso” (Skripsi: Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember Prodi Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah 2022). Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang bersifat naturalistik dan deskriptif dengan teknik pengumpulan datanya menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi.

Hasil penelitian ini adalah gaya hidup *qana'ah* dapat membentuk *self image* positif pada santri Pondok Pesantren Nurul Ulum, dengan terbentuknya empat aspek yaitu aspek persepsi, kognisi, motivasi dan sikap. Adapun perbedaan dengan penelitian yang peneliti teliti ialah perbedaan pada objek, tujuan penelitian dan metode penelitian, yang mana objek penelitian saya pada santri Pondok Pesantren Raudlatul Banat dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh sikap *qana'ah* terhadap kepercayaan diri santri.

2. Emilia Sanjaya, dengan judul “Hubungan Antara *Qana'ah* dengan Resiliensi Santri Pondok Pesantren di Pekanbaru” (Skripsi: Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Pekanbaru 2022). Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan analisis statistik *pearson product moment*.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *qana'ah* dengan resiliensi pada santri pondok pesantren di Pekanbaru. Semakin tinggi *qana'ah*, maka semakin tinggi pula resiliensi santri, begitupun sebaliknya. Berbeda dengan penelitian yang saya teliti yaitu menguji pengaruh sikap *qana'ah* terhadap kepercayaan diri santri di Pondok Pesantren Raudlatul Banat.

3. Ismi Else Sukaisih, dengan judul “Hubungan Muhasabah dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Prodi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Raden Fatah Palembang” (Skripsi: Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi

Fakultas Ushuluddin UIN Raden Fatah Palembang 2022). Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan skala likert dengan populasi sebanyak 149 mahasiswa.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat muhasabah maka semakin tinggi pula tingkat kepercayaan mahasiswa. Adapun perbedaan dengan penelitian yang peneliti teliti ialah variabel *y* pada penelitian yang saya teliti adalah kepercayaan diri dengan objek santri di Pondok Pesantren Raudlatul Banat.

4. Ovi Andarischa Saputro, dengan judul “Muhasabah Sebagai Upaya Untuk Mengatasi Krisis Kepercayaan Diri Remaja” (Skripsi: Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta 2022). Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan penelitian lapangan dengan menggunakan pendekatan antropologi. Teknik pengumpulan yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara, observasi dan dokumentasi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan melakukan muhasabah secara benar dan mendalam, sekelompok remaja yang mengalami krisis kepercayaan diri mulai menyadari pentingnya kepercayaan diri untuk masa depan, sehingga para remaja tersebut mulai memperbaiki diri. Adapun perbedaan dengan penelitian yang peneliti teliti adalah berbeda pada variabel *x*, yang mana variabel *x* pada penelitian saya adalah *qana'ah*. Begitu pula dengan metode penelitian yang peneliti gunakan adalah kuantitatif dengan objek penelitiannya santri Pondok Pesantren Raudlatul Banat.

5. Iswan Saputro, Annisa Fitri Hasanti dan Fuad Nashori, dengan judul “Qana'ah pada Mahasiswa Ditinjau dari Kepuasan Hidup dan Stres” (Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi Universitas Islam Indonesia). Metode penelitian yang digunakan dalam jurnal ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan analisis regresi berganda dan uji beda.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara kepuasan hidup dan stress terhadap *qana'ah* pada mahasiswa, yang artinya kepuasan hidup dan stress memiliki pengaruh terhadap *qana'ah*. Semakin tinggi kepuasan hidup mahasiswa, maka semakin tinggi pula *qana'ah* dan tinggi stress mahasiswa maka semakin rendah *qana'ah* yang dimiliki mahasiswa. Kedua hal ini berlaku sebaliknya. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti teliti adalah pada objek, tujuan serta kajian penelitian. Pada penelitian ini *qana'ah* diukur dari kepuasan hidup dan stress mahasiswa.

