

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Pondok pesantren merupakan institusi Pendidikan islam yang tersebar di berbagai wilayah di Indonesia, berfokus pada pembelajaran agama islam dan pengembangan akhlak santri. Muncul untuk pertama kalinya di Indonesia pada abad ke-18 ketika ajaran islam datang dari Timur Tengah melalui para pedagang dan ulama. Pesantren awalnya didirikan sebagai tempat pengajian dan pembinaan agama bagi masyarakat setempat (Syafe'i, 2017).

Pesantren berfokus pada Pendidikan keagamaan yang berasal dari pembelajaran Al-qur'an sebab merupakan bagian utama yang dipelajari oleh santri di pesantren. Selain itu pembelajaran tentang Al-qur'an mencakup dari memahami maknanya sampai menghafalkannya. Kegiatan ini tidak hanya membuat santri merasa tenang karena dapat lebih dekat dengan Allah SWT, tetapi juga membuat lebih baik dalam mengolah ingatannya.

Pondok pesantren memiliki program Pendidikan berbeda dari sekolah umum. Beberapa diantaranya menggabungkan kurikulum resmi yang ditetapkan oleh pemerintah dengan kurikulum khusus yang disusun oleh ponpes. Dengan kata lain, para santri selain mendapatkan Pendidikan umum, tetapi juga memiliki kesempatan untuk memperdalam ilmu agama (Pritaningrum & Wiwin, 2016).

Pondok pesantren Baiturrahman berada di kabupaten Bandung yang mempunyai program hafalan Al-qur'an. Program ini berlaku bagi seluruh santri SMP maupun SMA. Santri SMP diberi target hafalan dalam program tahfidz Al-qur'an yaitu selesai atau khatam tiga juz dalam waktu 3 tahun. Untuk mencapai tujuan tersebut santri harus memiliki kesadaran, semangat yang tinggi dalam menghafal dan adanya pembimbing.

Seorang siswa yang belajar ilmu agama di tempat tertentu disebut santri. Santri yang mengikuti pembelajaran di pesantren berasal dari berbagai wilayah, tidak terbatas pada satu daerah saja, beberapa datang dari luar kota atau provinsi, bahkan ada yang memiliki santri dari luar negeri. Setiap santri mulai membiasakan diri untuk tinggal bersama temannya di ponpes tempat mereka tinggal. Santri baru di sekolah menengah pertama dan menengah atas biasanya adalah orang-orang yang baru memasuki masa remaja (Ahwaini, 2019).

Individu remaja yang tengah mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan tidak akan lepas pada tuntutan untuk menyelaraskan diri dengan banyaknya situasi dan pengalaman yang akan ditemui selama tinggal di pondok pesantren. Menurut Pritaningrum dan Wiwin (2016) bahwa pada umumnya, santri berada dalam umur 12 hingga 19 tahun, yang merupakan periode remaja dalam kehidupan mereka di pondok pesantren.

Berdasarkan pendapat yang disampaikan oleh Hurlock (1990), periode remaja dapat diartikan sebagai dua tahap: tahap awal remaja, yang terjadi di rentang usia antara 12 sampai 17 tahun, dan tahap akhir remaja yang terjadi di rentang usia 17 sampai 18 tahun. Ciri-ciri yang membedakan antara tahap awal dan tahap akhir remaja adalah bahwa pada tahap akhir remaja, individu mengalami perubahan perkembangan yang lebih mendekati kedewasaan. Fase remaja merupakan periode dimana sedang mencari identitas diri, sehingga sikap, kebiasaan, dan perilaku dapat menentukan seseorang dalam menyesuaikan diri di lingkungan baru. Banyak tanggung jawab serta tantangan yang akan ditemui oleh santri salah satunya yaitu kesulitan mengatur waktu mereka untuk kegiatan Pendidikan dan pondok.

Menurut data yang dikumpulkan oleh peneliti, kegiatan para santri biasanya dimulai dari dini hari yang dimulai dari kegiatan shalat subuh berjamaah di masjid, tadarus Al-qur'an bersama, dan persiapan sekolah dari pukul 06.00, kegiatan di asrama seperti: belajar, mencuci

baju sampai tidur. Secara keseluruhan kegiatan santri biasanya berlangsung dari jam 04.00 hingga jam 22.00 malam hari. Ekstrakurikuler dan kegiatan sosial lainnya merupakan rangkaian yang harus diikuti para santri. Tak jarang, berbagai masalah muncul sebagai akibat dari kegiatan dan tuntutan yang diterima oleh santri.

Dalam proses menghafal santri akan menghadapi banyak tantangan, terkadang menyebabkan stres selama proses menghafal dan lupa dengan ayat yang pernah di ingat. Hal tersebut dikarenakan karena kurangnya mengulang hafalan (*mura'jaah*) terhadap ayat-ayat yang sudah pernah dihafalkan, sehingga penghafal mengalami kelupaan atau kesulitan untuk mengingat. Selain itu merasa sulit berkonsentrasi saat menghafalkan Al-qur'an. Hal ini disebabkan akibat kelelahan berpikir saat adanya tugas sekolah sekaligus harus menghafalkan Al-qur'an juga. Adanya tantangan dalam proses menghafal Al-qur'an dapat dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Khamida dan Zulfa (2019) yang menyebutkan bahwa santri merasa terbebani dengan gejala-gejala seperti rasa pusing, kekhawatiran tidak dapat mencapai target hafalan, kesulitan tidur, dan sulitnya mempertahankan konsentrasi. Gejala-gejala tersebut dianggap sebagai tanda-tanda dan gejala dari stres yang dialami oleh para santri dalam menghadapi tuntutan menghafal Al-qur'an.

Hasanah dan Sa'adah (2021) menyatakan bahwa aktivitas yang padat dan tanggung jawab yang diemban oleh para santri dapat membuat santri merasa tertekan, dan secara teoritis kondisi tertekan ini dapat dikategorikan sebagai stres ringan. Pendapat lain juga datang dari Jannah dkk. (2019) yang mengemukakan bahwa kegiatan yang padat juga seringkali menimbulkan masalah dan tekanan bagi penghafal Al-qur'an.

Pada tahun 2011, Komisi Nasional Perlindungan Anak menerima 200 laporan bahwa adanya peningkatan gangguan stres di Indonesia (KPAI, 2012). 98% meningkat dari tahun

sebelumnya. Terutama di kalangan pelajar atau peserta didik adanya peningkatan stres yang lebih banyak (Rahmat, 2013).

Dengan adanya berbagai macam kegiatan pendidikan dan pembelajaran di Pondok pesantren tak jarang santri sering mengalami stres. Penelitian Yuniar dan Astuti (2005) memberikan hasil bahwa santri dalam proses penyesuaian dirinya dapat mengalami masalah setiap tahunnya, tercatat 5 sampai 10% santri seperti tidak mengikuti pelajaran karena tidak mampu, sulit untuk tinggal pisah dengan orang tua, bahkan sampai melakukan kegiatan dan tindakan yang bertentangan dengan norma-norma pondok (Mawaddah & Titiani, 2016). Sejalan dengan penelitian Juniati (2016) di Pondok Pesantren Nurul Alimah Kudus hasilnya menunjukkan 40,3% santri dengan stres ringan, 52,8% santri dengan stres sedang, dan 1,4% dengan stres berat.

Cara yang dilakukan para santri dalam mengatasi berbagai tuntutan dan tantangan di lingkungan sekolah maupun di asrama perlu dikelola dengan baik yaitu menggunakan strategi *coping* yang efektif untuk mengelola emosi, mengatasi stres, dan mempertahankan motivasi. Strategi *coping* pada proses penghafalan Al-qur'an oleh santri dapat meliputi berbagai upaya, seperti membaca ayat Al-qur'an dengan penuh perenungan, mempraktikkan teknik memori, atau melakukan kegiatan-kegiatan yang menyegarkan pikiran. Penggunaan strategi *coping* yang tepat dapat membantu para santri mengatasi stres dan menjaga konsistensi dalam menghafal.

Pengertian *coping* ialah mengatasi konflik atau mengatur emosi yang timbul sebab konflik tersebut. Dengan adanya masalah atau tuntutan yang dialami oleh remaja seringkali memiliki efek negatif yang signifikan. Menurut Chaplin (2006) *Coping* mengacu pada upaya atau proses yang dilakukan oleh seseorang untuk mengelola situasi yang menuntut atau menekan dengan menggunakan berbagai sumber daya, baik dalam bentuk perubahan kognitif maupun perilaku, dengan tujuan mencapai perasaan keamanan diri. Perilaku *coping* merupakan tindakan

yang dilakukan seseorang dengan tujuan menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya.

Menurut Lazarus (dalam Santrock, 2003) strategi *coping* berfokus masalah dianggap lebih menguntungkan bagi individu dalam mengatasi dan menyelesaikan tantangan yang dihadapi. Meskipun masa remaja adalah periode yang relatif labil, namun menurut Carballo (dalam Astuti, 2016) remaja dengan tugas perkembangannya yang harus dicapai adalah bersikap lebih dewasa dan mandiri dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan, salah satu tanggung jawab perkembangan yang harus dicapai remaja adalah mencapai kedewasaan melalui kemandirian dalam menghadapi tantangan kehidupan dan menghadapi masalah nyata yang ada. Sehingga remaja diharapkan memiliki kemampuan *coping* yang efektif saat menghadapi masalah, mampu mengatasi kesulitan, dan berhasil menyelesaikan permasalahan tersebut.

Strategi *coping* adalah cara untuk mencegah, menghilangkan, dan mengurangi stres atau meminimalkan dampaknya. Strategi koping stres merujuk pada cara individu menghadapi dampak emosional dari ancaman atau situasi stres yang ada (Baron & Byrne, 2005). Menurut Lazarus dan Folkman (1984) mengatakan *coping* memiliki 2 jenis. Pertama *emotional focused coping* dipakai dalam mengelola reaksi perasaan yang muncul sebagai tanggapan terhadap situasi yang menimbulkan tekanan atau stres dan kedua *problem focused coping* yang dipakai dalam mengurangi situasi stres dengan memperoleh dan memanfaatkan lebih banyak sumber daya yang dapat digunakan untuk menghadapinya.

Penelitian yang sebelumnya dilakukan Ediputri (2018) mengenai gambaran strategi coping pada santri di Pondok Tahfidzul Qur'an memberikan hasil bahwa permasalahan yang dialami oleh para santri yaitu belum bisa mengelola waktu, kurang istiqomah dalam menghafal, tidak konsisten dan bosan dalam menghafal Al-qur'an sehingga menurunnya semangat tahfidz

Qur'an. Sementara pada akademik terjadi penurunan motivasi belajar santri dan banyaknya beban tugas sekolah yang diberikan. Sementara permasalahan di pondok yang dialami santri berkaitan dengan hubungan interpersonal santri seperti bertengkar dengan teman, terlalu sibuk dengan organisasi dan jenuh dengan kegiatan yang ada di pondok. Proses menghadapi masalah oleh para santri menghasilkan strategi *coping* yang sama seperti melakukan mura'jaah mandiri di waktu luang setelah selesai setoran hafalan. Santri memilih untuk mencari dukungan sosial seperti meminta bantuan teman untuk menyimak hafalan dan berdiskusi dengan teman juga Ustadz. Santri yang memiliki kemampuan menghafalkan Al-qur'an yang tinggi cenderung mampu menggunakan 2 tipe strategi *coping* yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Dalam memilih strategi, terdapat dua faktor utama yang paling mempengaruhi, yaitu dukungan sosial yang datang dari teman, keluarga, dan tingkat religiusitas.

Peneliti mengamati fenomena yang terjadi di kalangan santri saat sedang melakukan tahapan dalam menghafal Al-qur'an dengan melaksanakan studi awal kepada 40 orang. Dari 40 orang tersebut, 36 orang mengatakan dalam proses menghafal Al-qur'an seringkali menghadapi gejala merasa gelisah, sakit kepala, was-was, dan sulit berkonsentrasi saat menghafal Al-qur'an. Namun, beberapa santri terkadang memilih banyak berdoa, belajar teknik menghafal, dan berbagi cerita dengan orang lain untuk mencari solusi saat menghadapi kesulitannya dalam proses menghafal. Mereka yang mengalami stres memerlukan mekanisme *coping* yang berbeda-beda untuk menghadapi stres, yang membantu proses adaptasi dan mencegah stres berlangsung lama.

Penelitian oleh Putri (2022) menyatakan bahwa kesulitan yang dialami siswa saat menghafal Al-qur'an berasal dari dua faktor yakni faktor internal (berasal dari dalam diri penghafal) seperti rasa malas, bosan dengan metode yang dilakukan ketika menghafal monoton,

dan tingkat kemampuan siswa yang berbeda. Ada siswa yang cepat menghafal dan ada yang lama menghafal. Selain itu faktor eksternal (berasal dari luar diri penghafal) seperti tidak bisa manajemen waktu dan penelitian oleh Sulastri (2019) bahwa kesulitan saat menghafal Al-qur'an yaitu mudah lupa ayat yang pernah di hafal, kesulitan saat menemui ayat-ayat yang serupa atau mirip, belum begitu menguasai Makhorijul huruf, adanya gangguan kejiwaan dan kurang konsentrasi dalam menghafalkan Al-qur'an.

Taylor (2006) mengemukakan 2 faktor yang mempengaruhi individu dalam melakukan strategi *coping*. Kedua hal tersebut dibagi menjadi faktor internal dan 5 faktor eksternal. Faktor internal merujuk pada aspek yang berasal dari diri seseorang, contohnya karakteristik sifat kepribadian serta pendekatan *coping* yang dipakai. Sementara itu, faktor eksternal ialah faktor yang bersumber dari luar diri seseorang seperti: waktu, keuangan, pembelajaran, *support* dari lingkungan sosial, dan tidak ada pemicu tekanan lainnya. Dari pandangan ini, bisa disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi *coping* stres ialah dukungan sosial.

Dukungan sosial bisa diartikan dengan pandangan individu yang melibatkan kasih sayang, rasa peduli, serta penghargaan terhadap diri kita. Hal itu termasuk dalam bagian jaringan komunikasi yang menjadi tanggung jawab bersama antara orang tua, pasangan, kerabat, teman-teman serta masyarakat (Taylor, 2006). Weiss (1974) mendefinisikan dukungan sosial adalah sebuah ikatan yang melibatkan sumber daya dan hubungan yang erat atau dekat dengan seseorang yang berada dalam lingkup sosialnya.

Santrock (2003) mengungkapkan bahwa teman sebaya ialah anak-anak atau remaja yang memiliki usia atau tingkat kedewasaan yang hampir sama, sedangkan menurut Hurlock dan Benimoff (dalam Hurlock, 1980) kehidupan remaja yang nyata menciptakan lingkungan dimana individu dapat menguji diri sendiri dan orang lain. Dalam konteks ini kelompok teman sebaya

memainkan peran penting. Menurut Kusumadewi dkk. (2008) adanya dukungan sosial sangat berpengaruh pada pemilihan strategi *coping*. Kehadiran dukungan sosial mampu meningkatkan strategi *coping* seseorang dalam menghadapi tantangan dengan menawarkan opsi solusi lain yang berdasarkan pengalaman masa lalu dan melibatkan orang lain untuk melihat sisi positif dari situasi tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh (Alvionita et al., 2022) bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam pemilihan strategi *coping*.

Dari data awal ditemukan sejumlah 35 orang dari 40 orang menyatakan bahwa mereka mencari solusi saat menghadapi kesulitannya dalam proses menghafal Al-qur'an, subjek akan mencari bantuan saat dihadapkan dengan kesulitan yang mana akan meminta bantuan pada teman. seperti halnya saling bercerita dengan teman, mendapatkan nasihat dan saling menyemangati ketika ziyadah dan muroja'ah.

Berdasarkan studi awal yang dilakukan terhadap 40 santri SMP, peneliti memperoleh data dan mengolahnya menggunakan *SPSS for Windows v.26* dengan uji korelasi dapat disimpulkan bahwa terdapat keterkaitan antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan strategi *coping* yang diterapkan oleh santri dalam proses menghafal Al-qur'an, terbukti memiliki hubungan dengan korelasi sebesar 0,729, artinya adanya hubungan antara variabel dukungan sosial teman sebaya dan strategi *coping*.

Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Ginting (2021) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan *coping* stress, dan penelitian oleh (Alvionita et al., 2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dan strategi *coping* dengan kebahagiaan.

Berdasarkan uraian yang sudah dipaparkan diatas peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan strategi *coping* santri dalam menghafal Al-qur’an di Ponpes”

Rumusan masalah

Dengan mengacu pada paparan yang telah dijelaskan dalam latar belakang permasalahan, peneliti merumuskan permasalahan yang akan dikembangkan dalam penelitian ini yaitu:

“Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan strategi *coping* santri dalam menghafal Al-qur’an di Ponpes?”

Tujuan Penelitian

Adapun sasaran yang ingin dicapai pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan strategi *coping* santri dalam menghafal Al-qur’an di Ponpes.

Kegunaan Penelitian

Berdasarkan tujuan tersebut diharapkan dapat memberikan manfaat yaitu:

Kegunaan Teoretis

Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi informasi yang berharga bagi ilmuwan psikologi dalam pengembangan Psikologi Perkembangan, terutama dalam hal dukungan sosial dan strategi *coping* dalam menghafal Al-qur’an. Disamping itu, diharapkan dapat memberikan kontribusi pengetahuan baik yang diperoleh secara langsung maupun tidak langsung dalam menangani masalah santri dalam menghafal Al-qur’an ini.

Kegunaan Praktis

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat memberikan *insight* baru pada santri berkaitan dengan menghafalkan Al-qur’an dan bisa memberi wawasan kepada remaja tentang

pentingnya dukungan sosial dalam merasa nyaman dan mengurangi tingkat stres dalam kehidupan mereka. Selain itu dapat memberikan masukan bagi Pondok Pesantren dan pihak terkait untuk meningkatkan program pendidikan dan dukungan sosial yang lebih efektif bagi santri dalam menghadapi stres dan mengembangkan strategi *coping* yang efektif dalam proses menghafal Al-qur'an.

