

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pondok pesantren merupakan salah satu tempat pendidikan kitab-kitab klasik islam yang berupa pemahaman bahasa arab. Tidak hanya itu, pondok pesantren mengajarkan akhlak yang baik serta pembelajaran kemandirian untuk santri. Elemen pondok pesantren salah satunya adalah seorang guru atau biasa termashur dengan sebutan Kyai. Seorang kyai akan selalu membimbing santri-santrinya, serta santri diwajibkan menetap sementara di dalam pondok untuk mempelajari kitab-kitab klasik islam atau biasa disebut pendidikan non formal.

Kata Pondok berasal dari bahasa Arab “Funduq” yang berarti tempat menginap, atau asrama yang sederhana. Sedangkan pesantren berasal dari bahasa Tamil, dari kata santri di-imbuhi awalan pe dan akhiran-an yang berarti penuntut ilmu.¹

Menurut Mastuhu istilah pondok pesantren adalah lembaga pendidikan tradisional Islam untuk mempelajari, memahami, mendalami, menghayati, dan mengamalkan ajaran Islam dengan menekankan pentingnya moral keagamaan sebagai pedoman perilaku sehari-hari.²

Setiap pondok pesantren memiliki ciri khas yang berbeda-beda tergantung dari guru atau kyai dan metode apa yang diterapkan dalam

¹ Mohammad Daud Ali dan Habibah Daud, *Lembaga-lembaga Islam di Indonesia*, (Jakarta:Raja Grafindo Persada, 1995) hal. 145

² Zulhima, *Dinamika Perkembangan Pondok Pesantren di Indonesia*, (2013 Jurnal Darul ‘Ilmi STAIN Padangsidempuan, Vol. 01, No 02) hal. 166

pembelajarannya. Tidak jauh berbeda dengan pondok pesantren lainnya pondok pesantren Al Falah Putri di Kediri ini memakai metode kitab klasik islami seperti kitab Alfiyah Ibnu Malik yang mana, kitab ini berisi tentang kitab nahwu dan shorof. Kitab Alfiyah bertujuan untuk mempermudah santri memperoleh pembelajaran bahasa Arab dengan mudah. Kitab-kitab klasik yang lebih populer dengan sebutan kitab kuning ini di tulis oleh ulama-ulama Islam zaman pertengahan. Pembelajaran kitab klasik didalam pesantren khususnya kitab Alfiyah menjadi kajian unik menurut para santri. Karena walaupun kitab Alfiyah kitab tingkat tertinggi dalam kajian nahwu shorof di dalam pesantren, kitab Alfiyah juga memiliki manfaat-manfaat penguasaan pembelajaran bahasa Arab yang akan memudahkan seseorang menafsirkan bahasa Arab.

Pondok Al Falah Putri di desa Ploso Mojo Kediri didirikan oleh KH. Nurul Huda Djazuli yang mana beliau meneruskan perjuangan ayahnya sejak 1 Januari 1925 sebagai pendiri pondok pesantren Al Falah. Awal didirikannya hingga saat ini tetap menggunakan model salafiyah. Sistem pendidikan di pondok pesantren Al Falah Putri terdiri dari Madrasah Ibtidaiyah, Madrasah Tsanawiyah, dan Majelis Musyawarah Riyadlotut Tholabah. Pada tingkat Ibtidaiyah yang banyak ditekankan adalah masalah aqidah dan akhlaq, sedangkan untuk tingkat Tsanawiyah ditekankan pada materi ilmu Nahwu shorof di tambah ilmu fiqih, faroidl, balaghoh dan Majelis Musyawarah ditekankan untuk kajian kitab-kitab fiqih. Pondok Al Falah memiliki kecenderungan penguasaan ilmu,

pemahaman, pemikiran dan tradisi ulama-ulama salaf. Pondok Al Falah memprioritaskan kebutuhan akhirat dalam orientasi pendidikannya maka para santri di gembleng di tingkat Tsanawiyah untuk menghafal nadhom Alfiah. Hal inilah yang memicu konflik para santri yang mana ia harus mengerjakan semua tuntutan belajar yang ada di dalam pondok pesantren.

Kehidupan di dalam pondok dengan kehidupan di luar pondok sangat berbeda. Di pondok santri memiliki aktivitas yang lumayan padat daripada aktivitas di luar pondok. Berdasarkan wawancara dengan salah satu pengurus pesantren, kegiatan dimulai dari jam 3 pagi sampai jam 12 malam. Semua di atur dengan sedemikian rupa sehingga tidak ada waktu terbuang percuma. Setiap hari santri terbebani dengan kegiatan-kegiatan pembelajaran serta diharuskan menghafal nadhoman. Padatnya jadwal belajar yang diterima para santri menimbulkan beberapa dampak lain pada kehidupannya seperti stress. Terdapat perubahan-perubahan perilaku yang terjadi pada santri salah satunya lebih suka menyendiri di bilik masjid untuk menghafal atau malah melamun.

Menurut Helmi dalam Triantoro dan Nofran mengemukakan bahwa terdapat empat macam reaksi stress, yaitu reaksi psikologis, fisiologis, proses berfikir, dan tingkah laku. Macam-macam reaksi stress ini dampaknya dapat bersifat positif, tetapi juga dapat berdampak negatif. Reaksi yang bersifat negatif antara lain reaksi psikologis biasanya lebih dikaitkan pada aspek emosi, seperti mudah marah, sedih, ataupun tersinggung. Faktanya santri akan mudah sensitif pada emosi seperti

seringnya marah tanpa alasan, atau sedih bahkan mudah tersinggung apabila berbicara dengan orang lain. Reaksi fisiologi biasanya muncul dalam bentuk keluhan fisik seperti pusing, nyeri tengkuk, tekanan darah naik ataupun rambut rontok. Santri merasa pusing apabila tidak mencapai target yang telah ditentukan bahkan terdapat santri yang sakit karena nafsu makan berkurang.

Reaksi proses berpikir (kognitif), biasanya tampak dalam gejala sulit berkonsentrasi, mudah lupa, ataupun sulit mengambil keputusan. Konsentrasi santri berkurang pada saat santri mulai menghafal dan memahami pelajaran. Terakhir reaksi perilaku, pada remaja tampak dari perilaku menyimpang seperti mabuk, ngepil, ataupun menghindari bertemu dengan temannya.³ Stress dalam hal ini di gambarkan sebagai kekuatan yang menimbulkan tekanan-tekanan dalam diri, stress dalam pendekatan ini muncul jika tekanan yang dihadapi melebihi batas optimum.

Menurut salah satu pengurus di pesantren Al Falah Putri Ibu Yuliani mengemukakan bahwa terdapat beberapa santri yang mengalami perubahan tingkah laku, ketika santri menghafal nadhom kitab Alfiyah. Santri sering melamun di dalam pesantren dan juga lebih suka menyendiri daripada dengan orang lain. Hasil dari wawancara dengan Ibu Yuliani, perubahan tingkahlaku santri saat menghafal nadhom kitab Alfiyah disebabkan karena ketidakmampuannya dalam menyesuaikan keadaan

³ Triantoro Tafaria dan Nofran Eka S, *Manajemen Emosi*, (Jakarta:PT Bumi Aksara:2009) hal. 29

lingkungannya seperti menjauhi teman, tidak mau masuk kelas, melalaikan tanggung jawab belajar dengan seringnya ngobrol bersama teman yang lain bahkan ada juga yang sampai keluar pondok tanpa izin atau kabur”.

Menurut salah satu santri di pesantren Al Falah Putri ibu Mufih mengemukakan bahwa “menghafal nadhom-nadhom Alfiyah gampang-gampang susah. Ketika santri kejar target menghafal terkadang sampai sulit tidur”. Sehingga ketika santri sudah mulai tertekan akan tuntutan yang ia jalani, santri mengalami keluhan seperti pusing, nafsu makan berkurang, tetapi ada juga yang menambah nafsu makannya untuk mengurangi stress.

Penelitian yang dilakukan oleh Khamidatul Mauliah, hasil studi pendahuluan menyatakan bahwa beberapa santri yang tinggal di pondok pesantren di komplek Q mengalami tanda-tanda stress seperti sulit untuk berkonsentrasi, cemas, dan susah tidur.⁴

Lebih lanjut lagi menurut penelitian Sulaeman, menyatakan bahwa sebanyak 86 % santri mengalami tekanan, yang mana disebabkan oleh tuntutan akademik, relasi sosial dan peraturan, kemudian 37 % santri mengalami tekanan yang disebabkan oleh tuntutan akademik yang berkaitan dengan standar kelulusan, berupa banyaknya mata kuliah yang

⁴ Khamidatul Mauliah El-Aziz, *Faktor Yang Mempengaruhi Stress Remaja Pada Tahun Pertama di Pondok Pesantren Al Munawwir Krapyak Yogyakarta*, Naskah Publikasi Mahasiswa Universitas ‘Aisyah Yogyakarta, tahun 2017. Di akses pada tgl 03-01-2019, pukul 10.30 WIB.

harus dikuasai seperti pelajaran umum dan agama serta tuntutan dalam menghafal Al Qur'an.⁵

Penelitian yang pernah dilakukan oleh Yoga Achmad Ramadhan, hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa terdapat adanya kesejahteraan psikologis pada santri yang bervariasi. Santri mengalami kebingungan mengenai tujuan hidup disaat melihat teman-teman yang lainnya mampu mengatasi tuntutan yang telah ada, bahkan santri akan sulit mengembangkan diri saat tekanan sudah mencapai batas maksimum.

Santri merupakan kumpulan anak remaja yang memilih atau dipilihkan orang tuanya untuk menempuh pendidikan di pondok pesantren. Santri sebagaimana ia seorang remaja, mengalami periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak memasuki masa dewasa yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, serta emosional untuk mempersiapkan masa depannya.

Menurut G. Stanley Hall dalam Giri Wiarto mengemukakan "*Adolescence is a time of storm and stress*". Artinya, Remaja adalah masa yang penuh dengan "badai dan tekanan jiwa", yaitu dimana terjadi beberapa perubahan secara fisik, intelektual dan emosional pada seseorang yang mana akan menimbulkan kesedihan dan konflik dengan lingkungan. kejiwaan pada remaja salah satunya ketidakstabilan keadaan perasaan dan

⁵ Tirtha Segoro, *Strategi Coping Santri Dalam Menghadapi Standar Kelulusan di Pondok Pesanter*, Naskah Publikasi Mahasiswa Universitas Muhamadiyah Surakarta, tahun 2015. Di akses pada tgl 03-01-2019, Pukul 09.15 WIB.

emosi sehingga semacam ini remaja sulit untuk mengontrol emosi-emosi yang ada yang menimbulkan beberapa stress.⁶

Menurut Yiming dan Fung dalam Farida Aryani mengemukakan berdasarkan hasil penelitian menunjukkan, stress biasanya dialami siswa karena masalah belajar atau “stress belajar”.⁷

Bedasarkan hasil penelitian yang dilakukan Persike dan Seiffge-Krenke, menyatakan bahwa didalam stress pada remaja ditemukan permasalahan akademik. Remaja semakin memperhatikan hal-hal yang berkaitan tentang sekolah, pendidikan lebih lanjut, bahkan pekerjaan di masa depan.⁸

Stress merupakan sesuatu yang tidak bisa di pisahkan dari kehidupan manusia, bahkan stress merupakan bagian dari kehidupan itu sendiri. Stress biasa di hadapi oleh individu hampir pada semua kalangan, baik dewasa, remaja maupun anak-anak. Remaja yang mengalami stress, seringkali tidak tahu harus berbuat apa dan bagaimana menyelesaikannya, sehingga perlu adanya penelitian lebih lanjut untuk mendalami stress pada remaja khususnya santri yang merupakan remaja.

Dari beberapa fenomena yang ada terdapat banyak sekali fakta-fakta adanya stress di kalangan remaja khususnya santri karena, banyaknya tuntutan sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian skripsi dengan judul “ Fenomena Stress di Kalangan Santri Penghafal

⁶ Giri Wiarto, *Psikologi Perkembangan Manusia*, (Yogyakarta, Psikosain, 2015), Hal. 79

⁷ Farida Aryani, *Stress Belajar*, (Makasar, Edukasi Mitra Grafika, 2016), Hal. 5

⁸ Tirtha Segoro, *Strategi Coping Santri Dalam Menghadapi Standar Kelulusan di Pondok Pesanter*, Naskah Publikasi Mahasiswa Universitas Muhamadiyah Surakarta, tahun 2015. Di akses pada tgl 03-01-2019, Pukul 10.13 WIB

Nadhom Alfiyah di Pondok Pesantren khususnya di Pondok Pesanten Al Falah Putri Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri” .

B. Identifikasi Permasalahan

Pondok Pesantren merupakan tempat tinggal sementara bagi santri yang sedang mempelajari kitab-kitab klasik. Santri akan mengikuti ajaran guru atau kyainya supaya mampu menguasai dengan baik dan benar dalam belajar ilmu klasik. Santri memiliki kewajiban untuk mengikuti kegiatan yang sudah di berikan pesantren, dari mulai belajar pendidikan formal maupun belajar pendidikan non formal seperti kitab kuning. Menghafal kitab ringkasan atau nadhom merupakan kebutuhan santri di dalam pondok, yang mana santri harus mampu mengerjakannya dengan tepat. Banyaknya aktivitas yang harus dilakukan santri menimbulkan beberapa perubahan tingkahlaku pada santri khususnya santri penghafal nadhom Alfiyah.

Stress seringkali terjadi pada usia remaja khususnya santri, seperti tidak nyamannya tinggal di pondok pesantren karena ruang lingkupnya terbatas, tuntutan belajar yang harus dilakukan santri seperti memahami setiap pelajaran formal maupun non formal, berkewajiban menaati peraturan pondok seperti dilarang bermain alat komunikasi atau handphone dan sejenis, serta tidak mempunya santri dalam membagi waktu antara kewajiban belajar dengan kesenangannya, yang mana membuat tertarik peneliti untuk lebih menindak lanjuti stress pada santri.

Penelitian ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Al-Falah Putri Mojo Kediri. Agar penelitian ini terarah dan tidak keluar dari rumusan masalah yang ada, maka penelitian ini berfokus pada permasalahan tentang fenomena stress di kalangan santri putri penghafal nadhom Alfiyah di Pondok Pesantren Al Falah Putri Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri.

C. Rumusan Masalah

Bedasarkan dari latar belakang diatas, maka peneliti membatasi fokus penelitiannya sebagai berikut :

1. Apa saja faktor-faktor penyebab Stress di kalangan santri putri penghafal nadhom Alfiyah di Pondok Pesantren Al Falah Putri?
2. Bagaimana proses terjadinya stress pada santri putri penghafal nadhom Alfiyah di Pondok Pesantren Al Falah Putri?
3. Apa saja jenis-jenis stress yang dialami santri putri penghafal nadhom Alfiyah di Pondok Pesantren Al-Falah Putri?
4. Apakah Irrasional Belief dapat menyebabkan stress pada santri putri penghafal nadhom Alfiyah di Pondok Pesantren Al Falah Putri?

D. Tujuan Penelitian

Bedasarkan dari rumusan masalah di atas, maka tujuan peneliti sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui apa faktor-faktor stress di kalangan santri putri penghafal nadhom alfiyah di Pondok Pesantren Al Falah Putri.

2. Untuk mengetahui proses terjadinya stress pada santri putri penghafal nadhom Alfiyah di Pondok Pesantren Al Falah Putri.
3. Untuk mengetahui jenis-jenis stress yang dialami santri Putri penghafal Nadhom Alfiyah di Pondok Pesantren Al-Falah Putri.
4. Untuk mengetahui apakah Irrasional Belief dapat menyebabkan stress pada santri putri penghafal nadhom Alfiyah di Pondok Pesantren Al Falah Putri.

E. Kegunaan Penelitian

Terdapat beberapa kegunaan yang akan dilakukan peneliti dalam penelitian ini, maka kegunaan penelitian sebagai berikut:

1. Kegunaan Teoritis
 - a. Dapat dijadikan pedoman dan pertimbangan untuk lebih lanjut bagi mahasiswa Fakultas Adab dan Dakwah IAIN Tulungagung.
2. Kegunaan Praktis
 - a. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi ilmiah mengenai fenomena stress di kalangan santri putri penghafal nadhom Alfiyah.
 - b. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan penulis tentang fenomena stress di kalangan santri putri penghafal nadhom Alfiyah.

c. Bagi pihak pesantren

Hasil penelitian ini mampu membantu pesantren meminimalisir tingkat stress pada santri, sehingga dapat digunakan sebagai pencegahan kecenderungan terkena stress pada santri putri penghafal nadhom Alfiyah.

d. Bagi santri putri

Hasil penelitian ini di harapkan dapat membantu santri-santri putri mengetahui pemicu stress dan mengurangi gejala stress.

F. Penegasan Istilah

Supaya persoalan yang dibicarakan dalam penelitian yang berjudul “Fenomena Stress di kalangan santri putri penghafal Alfiyah di Pondok Pesantren Al Falah Putri Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri”, maka untuk memberikan penjelasan dan pemahaman, peneliti memberi penegasan istilah sebagai berikut:

1. Stress secara sederhana merupakan suatu bentuk tanggapan seseorang, baik secara fisik maupun mental, terhadap suatu perubahan di lingkungannya yang dirasakan mengganggu dan mengakibatkan dirinya terancam.⁹
2. Santri penghafal nadhom Alfiyah

Istilah Santri pada mulanya dipakai untuk menyebut murid yang mengikuti pendidikan islam. Istilah ini merupakan perubahan bentuk

⁹ Pandji Anoraga, *Psikologi Kerja*, (Jakarta,PT RINEKA CIPTA,2006) Hal. 108

dari kata *shastri* (seseorang ahli kitab suci Hindu). Kata *shastri* diturunkan dari kata *shastra* yang berarti kitab suci atau karya keagamaan atau karya ilmiah.¹⁰ Kitab Nahwu Shorof Alfiyah Ibnu Malik adalah kitab Mandzumah atau kitab bait nadhom yang berjumlah seribu bait. Berirama bahar rojaz, membahas tentang kaidah-kaidah ilmu nahwu dan ilmu shorof.

3. Pondok Pesantren

Pondok Peesantren pada dasarnya adalah sebuah asrama pendidikan Islam tradisional dimana santri tinggal bersama dan belajar dengan bimbingan guru atau biasa disebut kyai.¹¹

G. Penelitian Terdahulu

Sepanjang pengetahuan penelitian, penelitian tentang fenomena stress di kalangan santri putri penghafal nadhom Alfiyah belum pernah dilakukan. Namun penelitian yang berkaitan dengan stress pada santri sudah dilakukan seperti penelitian yang dilakukan oleh Aziz Fadliansyah pada tahun 2013 tentang “ faktor-faktor yang mempengaruhi timbulnya stress pada santriwati baru di Pondok Pesantren Darul Aitami Aceh Barat”. Dalam penelitian ini, Fadliansyah lebih menfokuskan akan stress pada santriwati baru di pondok pesantren.

¹⁰ Bambang Pramono, *Paradigma Baru Dalam Kajian Islam Jawa*, (Pustaka, Alvabet, 2009), Hal.

¹¹ Zamakhasyari Dhofier, *Tradisi Pesantren*, (Jakarta, LP3ES, 2011), Hal. 79

Sedangkan perbedaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian ini berfokus pada stress santri putri penghafal nadhom Alfiyah di Pondok Pesantren Al Falah Putri Kediri.