

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Pesantren merupakan lembaga pendidikan tertua di Indonesia, sama tuanya dengan tersebarnya agama Islam di Indonesia. Menurut Muhammad Arifin dalam Qomar (2002 : 2). Pesantren adalah suatu lembaga pendidikan agama Islam yang tumbuh serta diakui masyarakat sekitar, dengan sistem kompleks asrama. Santri-santri menerima pendidikan agama melalui sistem pengajian atau madrasah yang sepenuhnya berada di bawah kedaulatan kepemimpinan seseorang atau beberapa orang kyai dengan ciri-ciri khas yang bersifat kharismatik serta independen dalam segala hal. Sistem asrama mengedepankan lingkungan yang baik bagi anak dan kepemimpinan pesantren dipimpin oleh kyai yang diyakini memberikan ilmu yang barokah. Pesantren memiliki kesan tersendiri bagi para orangtua sebagai tempat pendidikan terbaik dengan harapan anak akan mendapatkan pendidikan yang unggul, baik pendidikan agama dan pendidikan akademik sehingga anak akan tumbuh terbimbing menjadi manusia yang berakhlak, bermoral dan berintelektual.

Penelitian ini mengambil tempat penelitian di Pondok Pesantren Al-Aqsha Jatinangor. Pondok Pesantren Al-Aqsha telah berdiri selama 20 tahun yang dicanangkan oleh KH. Mukhlis

Aliyudin M. Ag. Pondok Pesantren Al-Aqsha Jatinangor memiliki tujuan sebagai tempat menuntut ilmu, pengembangan moral dan penanaman kemampuan pengabdian kepada masyarakat.

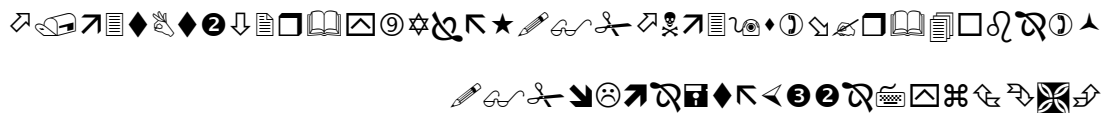
Pondok pesantren Al-Aqsha berupaya dalam menjawab tantangan pendidikan nasional dengan mendirikan lembaga sekolah SMP Plus Pesantren. Kewajiban tinggal di asrama pondok pesantren menjadi prasyarat mutlak untuk bersekolah di Pondok Pesantren Al-Aqsha dengan harapan para santri dapat lebih fokus untuk belajar, sehingga Pondok Pesantren Al-Aqsha dapat menjadi alternatif pilihan orangtua agar anaknya mendapatkan sistem penerapan keilmuan yang modern dan pengalaman ajaran agama yang baik di dalam lingkungan pesantren.

Visi Al-Aqsha adalah menjadi Sekolah Menengah Pertama (SMP) yang unggul dan kompetitif pada aspek Ilmu pengetahuan dan Ilmu Agama sehingga Pondok Pesantren Al-Aqsha secara umum dapat mewakili amanah setiap orangtua yang mengharapkan putra-putrinya menjadi pribadi yang tidak hanya pintar dalam pengetahuan umum tetapi juga pintar dalam pengetahuan agamanya. Pembentukan karakter tersebut tidaklah mudah, terutama bagi siswa yang berusia remaja.

Masa remaja bisa juga disebut sebagai masa peralihan, karena pada masa itu remaja mulai meninggalkan segala hal yang bersifat kekanak-kanakan dan mulai mempelajari sikap, nilai dan perilaku yang baru untuk menggantikan perilaku yang ditinggalkan tersebut. Awal masa remaja biasanya disebut “usia belasan yang tidak menyenangkan” yang menunjukkan bahwa masyarakat belum melihat adanya perilaku yang matang (Hurlock, 1980).

Remaja diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan lawan jenis dan diharapkan juga mampu menyesuaikan diri dengan orang dewasa diluar lingkungan keluarga dan sekolah. Dalam Al-Qur’an surat *Al Hujurat ayat 13* Allah berfirman:





Hai manusia sesungguhnya kami telah menciptakan kalian dari seorang pria dan seorang wanita, lalu menjadikan kalian berbangsa-bangsa dan bersuku-suku agar kalian saling mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling bertakwa. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui, Maha teliti. (Departemen Agama RI, 2006: 517)

Kata *li ta'arafuu* dalam ayat ini mengandung makna bahwa, aslinya tujuan dari semua ciptaan Allah itu adalah agar kita semua saling mengenal yang satu terhadap yang lain. Secara umum, ta'aruf bisa berarti saling mengenal. Bahasa yang jelasnya ta'aruf adalah upaya sebagian orang untuk mengenal sebagian yang lain. Jika dikaitkan dengan penyesuaian diri santriwati Pesantren Al-Aqsha, maka dengan mengenal satu sama lain antara guru, santri dan orang-orang di lingkungan pesantren akan membantu santri dalam proses penyesuaian dirinya.

Banyak individu yang tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam kehidupan dikarenakan tidak mampu menyesuaikan diri dalam lingkungan keluarganya, lingkungan masyarakat maupun di lingkungan Pesantren. Permasalahan penyesuaian diri di Pesantren dapat dialami pada anak yang baru masuk jenjang sekolah yang baru salah satunya yaitu pada jenjang sekolah lanjutan tingkat pertama. Seperti kita ketahui santri pada jenjang tingkat pertama mulai memasuki perkembangan tahap remaja awal yang banyak terdapat proses perubahan pada fisik, atau pun identitas, lingkungan sosial maupun kepribadian.

Peneliti menemukan beragam permasalahan yang muncul pada remaja putri. Berdasarkan wawancara dengan salah satu *ustadzahdi* Pondok Pesantren Al-Aqsha Jatinangor-Sumedang. Salah satu permasalahan yang berhubungan dengan penyesuaian diri santri terhadap norma sosial yang ada di lingkungan Pondok Pesantren adalah

fenomena ketidakpatuhan terhadap peraturan yang berlaku dan beberapa perilaku yang melanggar aturan (Wawancara 12-4-2013).

Salah satu peraturan yang biasa dilanggar oleh para santri adalah peraturan yang dilarang membawa *handphone* ke dalam Pondok, akan tetapi dengan sembunyi-sembunyi beberapa dari santri membawa *handphone*. Setelah melakukan wawancara (12 April 2013) alasan santriwati membawa *handphone* adalah karena merasa bosan dengan kegiatan Pondok dan dia bisa berkomunikasi dengan orangtua serta teman-temannya yang berada diluar Pondok.

Adapun permasalahan penyesuaian diri remaja terhadap lingkungan sosialnya yaitu adanya permasalahan hubungan sosial dengan orang tuanya misalnya disebabkan oleh perceraian pada orangtuanya yang menyebabkan remaja tersebut cenderung pendiam dan kurang bersosialisasi dengan teman sebayanya.

Selain permasalahan hubungan sosial dengan orang tuanya, permasalahan dengan teman sebaya pun sering terjadi, dikarenakan penempatan santri di kamar yang terdiri dari kurang lebih 15 orang yang mempunyai latar belakang yang berbeda-beda serta karakter yang berbeda pula, sehingga banyak masalah yang timbul dikarenakan permasalahan yang terjadi di kamar. Selain itu, ada juga remaja yang merasa terbebani oleh jadwal kegiatan yang sangat padat dan materi pembelajaran yang sangat banyak. Oleh karena itu banyak sekali permasalahan yang timbul di lingkungan pesantren. Baik permasalahan dengan teman sebaya maupun pelanggaran terhadap peraturan.

Hasil wawancara (12 April 2013) yang dilakukan terhadap santri tingkat SMP yang tinggal di Pondok Pesantren Al-Aqsha bahwa situasi yang sering mereka alami

dan merasa terganggu adalah ketika santri rindu dengan orangtua, keluarga, dan teman-teman mereka yang berada di rumah, beberapa karena merasa tidak kerasan tinggal di Pondok, alasan lain karena kehilangan barang di Pondok dan santri belum dijenguk atau belum mendapat kiriman dari wali mereka. Mereka akan mengungkapkannya dengan menangis, marah, dll.

Selain santri yang merasa tidak kerasan tinggal di Pesantren, ada juga sebagian anak yang merasa senang tinggal di Pesantren, salah satu alasannya karena mereka mempunyai teman banyak, sehingga mereka bisa bermain dan belajar bersama-sama. Selain itu mereka bisa mengikuti kegiatan-kegiatan yang belum pernah mereka ikuti, seperti ekstrakurikuler drumband, acara kegiatan OPPMA (Organisasi Pondok Pesantren Modern Al_Aqsha) dll, dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler mereka bisa menggali potensi yang dimiliki.

Masing-masing remaja dalam dinamika penyesuaian diri memiliki kemampuan menyesuaikan diri yang berbeda antara remaja satu dengan yang lainnya. Hasil wawancara (13 April 2013) terhadap salah satu santri, ketika santri memiliki permasalahan yang sulit mereka pecahkan, santri tersebut hanya diam dan kemudian tidur dengan harapan keesokan harinya ia akan mampu menyelesaikan permasalahannya. Menurut santriwati lainnya berpendapat bahwa jika mereka memiliki permasalahan yang sulit, maka mereka akan menangis atau berpura-pura sakit. Namun hasil wawancara (13 April 2013) terhadap ustadzah mengenai keadaan santri menyebutkan, ada beberapa santri ketika memiliki permasalahan yang dirasa sulit bagi santri tersebut, biasanya santri tersebut akan menahan tangis sehingga menyebabkan mereka sakit dada. Perilaku-perilaku tersebut tidak lepas dari kontrol emosi mereka.

Bentuk-bentuk emosi yang sering nampak dalam masa remaja awal antara lain adalah marah, malu, takut, cemas, cemburu, iri hati, sedih, gembira, kasih sayang, dan ingin tahu. Berkaitan dengan emosi yang negative, umumnya remaja belum dapat mengontrolnya dengan baik. Dalam Islam sendiri, remaja muslim ditekankan untuk berhati-hati ketika emosi, apalagi emosi yang negative. Seperti dalam hadits Rasulullah Saw bersabda :

إِنَّ الْعَبْدَ لَيَتَكَلَّمُ بِالْكَلِمَةِ، مَا يَتَّبِعُنُ فِيهَا، يَرُلُ بِهَا فِي النَّارِ أْبْعَدَ مِمَّا بَيْنَ الْمَشْرِقِ

“Sesungguhnya ada hamba yang mengucapkan satu kalimat, yang dia tidak terlalu memikirkan dampaknya, namun menggelincirkannya ke neraka yang dalamnya sejauh timur dan barat.”(HR. Bukhari dan Muslim)

Hadits tersebut dapat disimpulkan bahwa di saat kesadaran kita berkurang, di saat nurani kita tertutup nafsu, maka kita harus mampu menjaga lisan dengan baik, jangan sampai menjerumuskan kita ke dasar neraka. Maka dari itu, kita tidak hanya memiliki emosi, tetapi juga perlu mengatur emosi kita, dalam arti kita perlu mengambil sikap terhadap emosi kita dan menerima konsekuensi dari tindakan emosional kita (Frijda, 1986). Mengapa regulasi emosi diperlukan setiap orang? Menurut pandangan evolusioner, regulasi emosi sangat diperlukan karena beberapa bagian dari otak manusia menginginkan untuk melakukan sesuatu pada situasi tertentu, sedangkan bagian lainnya menilai bahwa rangsangan emosional ini tidak sesuai dengan situasi saat itu, sehingga membuat individu melakukan sesuatu yang lain atau tidak melakukan sesuatu pun (Gross, 1999).

Regulasi emosi juga mempengaruhi pembentukan kepribadian dan menjadi sumber penting bagi perbedaan individu. Misalnya, seseorang tetap tenang walaupun

dalam situasi tertekan, sedangkan individu lainnya siap ‘meledak’ seperti gunung berapi. Gross juga melihat regulasi emosi sebagai penghubung ke pengertian yang lebih luas dari regulasi afeksi (Gross,1999).

Regulasi emosi tidak bisa terlepas dari kehidupan manusia. Kesadaran atau proses kognitif membantu individu mengatur emosi-emosi atau perasaan, dan menjaga emosi tersebut agar tidak berlebihan, misalnya setelah atau sedang mengalami stres (Garnefski, Kraaj & Spinhoven, 2001). Menyadari hal ini, jika dikaitkan dengan perspektif islam, maka islam sangat menekankan kepada umat manusia untuk berhati-hati ketika emosi. Banyak motivasi yang diberikan Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam* agar manusia tidak mudahterpancing emosi. Beliau menjanjikan sabdanya yang sangat ringkas, diantaranya:

“Jangan marah, bagimu surga.” (HR. Thabrani)

Hadits HR. Thabrani tersebut dapat disimpulkan bahwa dengan kita mampu mengendalikan emosi maka Allah akan memberikan kenikmatan di akhirat nanti yaitu surga.

Oleh sebab itu kebiasaan remaja menguasai emosi-emosi yang negatif dapat membuat mereka sanggup mengontrol emosi dalam banyak situasi. Penguasaan emosi tersebut membuat remaja dapat mengendalikan emosinya sehingga dapat mendatangkan kebahagiaan bagi remaja awal ini (Mappiare, 1982).

Mengingat permasalahan penyesuaian diri remaja terhadap kehidupan selama di Pondok Pesantren yang penting untuk diperhatikan demi terciptanya suasana belajar yang lebih kondusif untuk remaja seperti yang telah disebutkan di atas, maka remaja harus mampu meregulasi emosinya yang diharapkan akan membantu remaja dalam

proses penyesuaian diri dalam kehidupan di Pondok Pesantren. Maka dari itu diperlukan karakteristik penyesuaian diri remaja, regulasi emosi pada remaja dan adakah hubungan penyesuaian diri dengan regulasi emosi pada santriwati kelas VII di SMP Plus Al-Aqsha. Atas dasar hal tersebut maka peneliti mengadakan penelitian dengan judul **Hubungan Penyesuaian Diri dengan Regulasi Emosi Pada Santriwati Kelas VII SMP Plus Al-Aqsha Jatinangor – Sumedang .**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan diatas, maka permasalahan dapat dirumuskan sebagai berikut :

Apakah ada hubungan antara penyesuaian diri dengan regulasi emosi pada santriwati kelas VII SMP Plus Al-Aqsha Jatinangor-Sumedang ?

C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan perumusan masalah diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk :

Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara penyesuaian diri dengan regulasi emosi pada santriwati kelas VII SMP Plus Al-Aqsha Jatinangor-Sumedang.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi positif dalam khasanah keilmuan psikologi terutama dalam Psikologi Sosial, Psikologi kepribadian dan Psikologi Pendidikan khususnya pendidikan dipesantren, serta diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat untuk penelitian-penelitian selanjutnya.

2. Secara Praktis

Dari hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat kepada :

a. Bagi Remaja yang tinggal dipondok pesantren

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan bagi remaja dalam mengembangkan dan meningkatkan kemampuan menyesuaikan diri di lingkungan pondok pesantren dengan harapan agar remaja mampu menghadapi tantangan kehidupan dengan lebih baik, serta diharapkan remaja mampu meregulasi emosinya dengan cara mengikuti kegiatan-kegiatan positif di Pesantren seperti kegiatan ekstrakurikuler, organisasi pondok, dll.

b. Bagi lembaga

Memberikan informasi tentang permasalahan penyesuaian diri remaja dan faktor yang mempengaruhinya. Hasil dari penelitian ini juga diharapkan mampu menjadi bahan masukan bagi lembaga dalam meningkatkan kualitas pendidikan di Pondok Pesantren Al-Aqsha dengan meningkatkan keterampilan-keterampilan psikologis dan *problem solving* bagi remaja dalam menyesuaikan diri dan meregulasi emosi, salahsatunya dengan cara mengadakan *istighosah* setiap malam jum'at yang rutin dilaksanakan dan mengadakan konseling dengan guru BP atau pembimbing kamar untuk mencapai tujuan dan misi lembaga secara optimal.