

Bab I Pendahuluan

Latar Belakang

Pondok pesantren merupakan salah satu bentuk lembaga pendidikan di Indonesia yang terus berkembang menyesuaikan dengan kebutuhan zaman. Menurut Manfred Ziemek, kata pondok berasal dari kata *funduq* (Arab) yang berarti ruang tidur atau wisma sederhana karena pondok memang merupakan tempat penampungan sederhana bagi para pelajar yang jauh dari tempat asalnya (Basri, 2012 h.315). Pesantren berasal dari kata “santri” dengan awalan *pe* dan akhiran *-an* berarti tempat tinggal santri. Soegarda Poerbakawatja juga menjelaskan pesantren berasal dari kata santri yaitu seseorang yang belajar agama islam. Kemudian, mendapat awalan *pe*-dan akhiran-*an*, menjadi pesantrian. Huruf *i* dan *an* mengalami perubahan sehingga sebutan *pesantrian* menjadi pesantren (Daulay, 2004 hal.26). Pondok pesantren merupakan salah satu sistem pendidikan sektoral yang berumur tua, tetapi memiliki kemampuan yang cukup untuk menghadapi perkembangan dan perubahan-perubahan masyarakat yang terjadi. Secara lebih rinci dijelaskan oleh Zamakhsyari Dhofier (2011) bahwa sebuah pesantren pada dasarnya adalah sebuah asrama pendidikan Islam tradisional dimana siswa tinggal bersama dan belajar di bawah bimbingan seorang (atau lebih) guru yang lebih dikenal dengan sebutan kyai.

Seorang kyai adalah pendiri sebuah pondok pesantren akan hidup berinteraksi dengan masyarakat sekitar dan masyarakat pun merasa memilikinya (Daulay, 2004). Seorang kyai memiliki tugas yang memang multifungsi yaitu sebagai guru dan *mubaligh*. Sebagai guru, kyai menekankan kegiatan pendidikan para santri dan masyarakat sekitar agar memiliki kepribadian muslim yang utama. Sebagai *mubaligh*, kyai berupaya menyampaikan ajaran Islam kepada siapapun berdasarkan prinsip memerintahkan kebaikan dan mencegah kemungkaran (*amar maruf nahi munkar*).

Salah satu keunikan dari pendidikan pesantren adalah siswa disebut santri. Santri adalah murid yang belajar dan tinggal di asrama atau pondok yang disediakan oleh pesantren. Istilah santri hanya terdapat di pesantren sebagai pengejawantahan adanya peserta didik yang haus akan ilmu pengetahuan yang dimiliki oleh seorang kyai yang memimpin sebuah pesantren. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), santri adalah orang yang mendalami agama Islam atau orang-orang yang beribadat dengan sungguh-sungguh; orang yang saleh. Di masyarakat istilah santri mencerminkan kehidupan keberagamaan yang taat kepada ajaran Islam. Ketika menjadi santri di pondok pesantren, ia mempunyai kegiatan yang harus dilakukan sepanjang hari. Santri diwajibkan melakukan kegiatan belajar dan keagamaan baik yang bersifat wajib seperti sekolah, shalat berjama'ah ataupun kegiatan yang bersifat sunah seperti ekstrakurikuler.

Kehidupan manusia yang semakin maju, dalam hal ini adalah manusia yang hidup dengan segala kecanggihan ilmu dan teknologi komunikasi yang ada saat ini memberikan sumbangsih yang cukup besar dalam kelancaran hidup manusia. Begitupun dengan ruang lingkup santri yang ikut merasakan adanya perkembangan teknologi. Santri tidak cukup hanya dibekali ilmu agama saja, tetapi ia kebanyakan adalah seorang mahasiswa harus memiliki pengetahuan dan wawasan yang luas untuk menunjang dan mempermudah dalam pengerjaan tugas, informasi, dan komunikasi.

Di lain pihak, media teknologi informasi telah menjadi bagian yang sangat penting dalam kehidupan masyarakat. Setelah lahirnya internet dan pesatnya perkembangan teknologi sekarang membuat banyak aplikasi-aplikasi media sosial baru yang bermunculan di dunia maya. Internet merupakan sesuatu hal yang sudah tidak asing lagi bagi masyarakat modern di Indonesia. Berkembangnya teknologi

internet merupakan salah satu revolusi teknologi informasi yang paling berhasil selama ini. Internet ditinjau dari sudut pandang bahasa, merupakan singkatan dari istilah *Interconnected Network* menggunakan sistem komunikasi global yang menghubungkan komputer-komputer dan jaringan-jaringan di seluruh dunia tanpa mengenal batas teritorial, budaya, hukum, untuk menyebar dan memperoleh informasi (Rahayu & Aminudin, 2013). Seiring dengan perkembangannya, internet mampu melahirkan suatu jaringan baru yang biasa dikenal dengan sebutan media sosial. Dengan mengandalkan *smartphone* yang terhubung dengan internet, kita sudah bisa mengakses beberapa media sosial seperti *Blog, Facebook, line, BBM, Instagram, whatsapp, dan Twitter*.

Kehadiran media sosial telah membawa pengaruh tersendiri terhadap kegiatan yang dilakukan oleh manusia saat ini. Kini media sosial sebagai aplikasi dalam internet telah menjadi satu media baru di zaman era digital ini dan telah membawa perubahan dalam pelbagai aspek kehidupan manusia (Ika Destiana, dkk.” 2013). Di Indonesia, seperti penelitian yang telah dilakukan oleh APJII (Asosiasi penyelenggara Jasa Internet Indonesia) pada tahun 2012, menyatakan bahwa 63 juta penduduk Indonesia telah terhubung internet. Sebanyak 95% populasi itu mengakses media sosial.

Kehidupan pribadi manusia diwarnai berbagai macam situasi dan kondisi yang beraneka ragam. Manusia bisa merasa bahagia tapi juga bisa merasa pada titik dimana hidup tidak selalu menyenangkan. Kini, semenjak adanya media sosial semua orang kapan saja dapat berbagi pengalaman mengenai hal pribadi, perasaan dan kegiatan dalam media tersebut. Di kalangan mahasiswa kini media sosial menjadi sebuah keharusan dan dinamis dalam menyesuaikan diri dengan perkembangan zaman. Konteks dalam media sosial itu sendiri bagi mahasiswa

digunakan untuk berkomunikasi dengan teman-temannya, *sharing* seperti menceritakan kegiatan, ungkapan pribadi, atau hal-hal yang menyangkut informasi mengenai perkuliahan, tugas dan kegiatan-kegiatan kampus dibagikan melalui media sosial. Judul penelitian “*Self-disclosure and student satisfaction with Facebook*” yang dilakukan oleh (Whitney & Barber, 2012) Hasil penelitian menunjukkan bahwa motif mahasiswa yang paling umum untuk menggunakan *Facebook* adalah pemeliharaan hubungan, menghabiskan waktu, dan hiburan. Judul penelitian *Mixed Emotions in active Social Media Use-Fun and convenient or shameful and Embarrassing?*” yang dilakukan oleh (Widén, dkk. 2015) hasil menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa adalah pengguna media sosial aktif, dan sekitar 40% siswa mengekspresikan emosi yang kuat, baik positif maupun negatif, saat merenungkannya sendiri sering menggunakan media sosial. Hal ini Juga memiliki kesamaan dengan penelitian yang dilakukan Robin L. Nabi (2016) menemukan bahwa ada beberapa penjelasan mengenai status media sosial sebagai kebutuhan untuk dibagikan, termasuk kebutuhan untuk mengungkapkan secara verbalisasi pengalaman untuk membantu memahaminya, dan membantu memvalidasi diri atau memastikan bahwa individu masih menjadi diri sendiri terlepas dari emosional yang dialami.

Kaitan dengan hal tersebut juga terjadi pada santri di pondok pesantren Al-Muhajirin bahwa fenomena yang terjadi di lapangan ditemukan bahwa berdasarkan hasil data awal sebanyak sepuluh angket yang disebarkan kepada santri di pondok pesantren Al-Muhajirin yaitu berisikan tujuh pertanyaan tiap variabel yang mewakili regulasi emosi dan pengungkapan diri (*self disclosure*). Hasil menunjukkan bahwa 80% dari 10 santri memiliki regulasi emosi yang dapat dikategorikan baik. Mereka yang memiliki regulasi emosi yang baik mempunyai cara tersendiri untuk mengalihkan emosi negatif

mereka agar mereda, seperti : jalan-jalan, mendengarkan musik favorit, shalat dan *sharing* dengan teman. Namun, untuk variabel pengungkapan diri ditemukan bahwa 70% dari 10 orang memiliki pengungkapan diri yang tinggi sehingga dapat dikatakan bernilai negatif. Alasan mereka yang memiliki keterbukaan diri tinggi di media sosial adalah pengungkapan perasaan sebagai pelampiasan emosi atas tekanan masalah yang dihadapi. Hal ini menunjukkan bahwa ada ketidaksesuaian antara regulasi emosi yang baik dengan pengungkapan diri di sosial media.

Dikutip sebagian dari beberapa tulisan status media sosial santri yang mengandung emosi negatif berupa kekesalan yang dialaminya melalui status akun media sosial *BBM* dan *Facebook* sebagai contoh berikut : “ *kzl (emotikon marah)*” tulis akun Mina , “*Persetan hari ini*” tulis akun Nizar, “*munafik*” tulis akun Queenita, “*Dinas mah dinas aja gak pake acara ngatain orang*” tulis akun Hanifah, “*semoga yang pura-pura bego. Beneran bego (emotikon Babi)*” tulis akun Haolah, “*Lagi sentimen tingkat akut*” tulis akun Desi, “ *(emotikon marah 4 kali) Meni arraallll poe ayenaaa* “ tulis akun Ikmal. Dan masih banyak status yang mengandung emosi lainnya. Dari status itu santri banyak yang mengutarakan kekesalan di media sosial. Tak peduli apakah itu sindiran, kekecewaan atau pengungkapan rasa marah, bila dikaitkan dengan pengungkapan diri seseorang yang terlalu sering, hal ini merupakan tingkat pengungkapan diri yang tinggi menimbulkan kesan yang tidak dapat mengontrol emosi dalam diri. Menurut Robin (2016) semakin kuat pengalaman emosional atau semakin besar gangguan emosional, semakin besar kemungkinan untuk dibagi secara sosial dan dibagikan berulang selama periode waktu yang lama.

Asumsi peneliti seharusnya regulasi emosi yang baik memiliki pengungkapan diri yang rendah. Sehingga pengungkapan diri dengan cara mengungkapkan perasaan di status media sosial rendah. Jika mereka menghadapi suatu masalah atau peristiwa yang

membuatnya sedih ataupun marah kebanyakan dari mereka kurang bisa mengendalikannya. Sehingga banyak dari mereka sosial media dijadikan sebagai sarana untuk mencurahkan dan melampiaskan emosi secara terbuka kepada publik. Terlebih bagi santri yang gemar dengan menulis status curahan hati di media sosial. Lazimnya, perasaan atau isi hati akan dicurahkan atau dibagi kepada orang yang dipercayainya atau orang-orang tertentu saja. Namun yang terjadi zaman sekarang, curahan hati tersebut dipublikasikan di akun media sosial. Bahwa hal-hal tentang dirinya yang seharusnya tidak dipublikasikan tetapi dipublikasikan.

Seperti yang dikemukakan Derlega dan Grzelak (1979) dalam (Sears, dkk., 1985) salah satu fungsi pengungkapan diri adalah bentuk ekspresi. Pada dasarnya membuat status di media sosial adalah sebagai salah satu pengungkapan ekspresi. Terkadang pengungkapan ekspresi ini mengatakan segala perasaan kita untuk “ membuang semua itu dari dada kita”. Dengan pengungkapan diri ini mendapatkan kesempatan untuk mengekspresikannya. Namun pengungkapan ekspresi yang berlebihan seperti bentuk kekesalan dan kemarahan jika tidak dikontrol dan emosi yang tidak diregulasi dalam diri akan membuat masalah di kehidupan nyata. Penelitian yang telah dilaksanakan oleh Chiu (2014) menyebutkan bahwa *life stress* terjadi pada kehidupan mahasiswa, sehingga mahasiswa menggunakan *smartphone* sebagai pelarian rasa stres yang dirasakan tersebut, karena adanya penggunaan dari *smartphone* yang tidak terkontrol membuat mahasiswa menjadi *addict* terhadap *smartphone* (*smartphone addiction*).

Masalah dalam pengungkapan diri di media sosial itu sendiri yaitu berkaitan dengan UU ITE yang berlaku di Indonesia. Belakangan ini marak pemberitahuan tentang pengguna media sosial yang terkena dengan Undang-Undang Informasi dan Teknologi (UU ITE), sebut saja Florence Sihombing yang berawal dari kekesalannya mengantri di

SPBU Yogyakarta. Kekesalan diungkapkan melalui akun *Path* miliknya yang berisi makian kota dan penduduk tersebut. Diketahui bahwa Florence ini adalah mahasiswa Universitas Gajah Mada semester tiga Magister Kenotariatan Fakultas Hukum yang disangka telah melakukan penghinaan, melecehkan, pencemaran nama baik, dan penyebaran akses internet yang menghina masyarakat yang menimbulkan kebencian dan permusuhan individu. Ungkapan masalah pribadi seharusnya dilakukan hanya di depan orang yang dipercayai dapat membantu memberikan solusi masalah, bukan kepada publik. Selayaknya dalam kehidupan nyata dimana individu harus menjaga privasi, di media sosial pun harus melakukan hal yang sama.

Hal itu sengaja dilakukan sebagai salah satu pelampiasan emosi marah yang sengaja merendahkan orang atau pihak lain. Ini juga sering menjadi masalah di media sosial. Banyak orang yang tak suka kepada orang lain justru dilontarkan di publik dengan kata-kata sindiran yang terkadang terlihat “kurang beretika”. Hal ini dapat merugikan diri sendiri; bukan sanjungan yang didapat namun justru *bully-an* yang akan diterima atas sikap seseorang di media sosial. Bahkan jika kurang beruntung, kita pun bisa dibawa ke meja hukum ketika masyarakat sudah menganggap bahwa status atau tindakan kita tidak dapat ditoleransi lagi karena berniat merendahkan orang atau pihak lain. Kumpulan literatur tentang pembagian emosi secara sosial yang mengindikasikan bahwa orang memiliki kebutuhan naluriah untuk mengungkapkan kepada orang lain saat mereka mengalami kejadian emosional, yang telah didokumentasikan secara luas di seluruh budaya, gender, dan kelompok usia (Rimé, 1995) dalam (Robin, 2016)

Demikian keadaan tersebut bisa terjadi di lapangan jika dilihat dari sudut pandang psikologi perkembangan bahwa usia santri yang sudah memasuki masa kuliah mencapai fase remaja akhir berkisar antara 18-21 tahun menurut Stanley Hall dalam (Santrock, 2003), dimana pada masa ini tugas perkembangan individu sudah banyak pengalaman

dalam menjalani kehidupannya. Salah satunya adalah pengaturan respon emosi. Karena melihat faktor pengetahuan agama cukup dan perkembangan usia menginjak masa remaja akhir seharusnya santri memiliki regulasi emosi yang baik bisa mengendalikannya dengan bijak. Sehingga segala sesuatunya tidak harus dipublikasikan.

Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan oleh (Kennedy, dkk., 2001) berjudul "*How and when does emotional expression help?*" ulasan bukti mengenai tiga mekanisme yang memungkinkan melalui ekspresi bisa meringankan kesusahan, dengan fokus pada peran dalam ekspresi (a) distress mengurangi kesulitan, (b) memfasilitasi wawasan, dan (c) mempengaruhi hubungan interpersonal dengan cara yang diinginkan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Karuniawan & Cahyanti (2013) bahwa penggunaan *smartphone* juga tidak selamanya membawa manfaat, ketika mahasiswa menggunakan *smartphone* sebagai *coping stress* dikarenakan stres akademik yang sedang dialaminya, akan dapat menimbulkan penggunaan *smartphone* secara berlebihan dan tidak terkontrol. Penelitian Bian & Leung,(2014) dengan jurnal yang berjudul *Linkin Loneliness, Shyness, Smartphone Addiction Symptoms, and Patterns of Smartphones to Social Capital*" menemukan bahwa individu yang melampiaskan stres dalam penggunaan *smartphone* biasanya juga aktif dalam aplikasi media sosial yang digunakan sebagai tempat untuk curahan hati ataupun *posting* yang terdapat pada akun pribadi tersebut. Peneliti menyimpulkan bahwa aktivitas di dunia media sosial adalah mengekspresikan emosi sebagai meringankan stres dan ada kaitannya dengan regulasi emosi.

Dalam dunia Islam seorang muslim harus mempunyai rasa malu dimana harus berhati-hati dalam bertindak, berkomunikasi dengan baik, bersikap baik walaupun hanya berada di dunia maya, bersikap hati-hati ketika mengemukakan masalah atau membuat

status di media sosial. Padahal secara teoretis, menurut Gross (2007) religiusitas memiliki kontribusi terhadap regulasi emosi. Maka seharusnya apabila seorang santri yang telah mencapai masa *baligh* ataupun masa remaja mulai membentuk dan mengembang sistem moral pribadi sejalan dengan pertumbuhan pengalaman keagamaan yang individual di dalam lingkungan pesantren. Lalu ia pun akan menemukan prinsip dan norma pegangan hidup, hati nurani, serta makna dan tujuan hidupnya. Hidup dalam lingkungan yang kental dengan ajaran agama, seharusnya santri bisa menyikapi segala permasalahan dengan bijak. Ajaran agama yang ia pegang akan menjadi pedoman sehingga akan menjadi kontrol dalam bersikap dan berperilaku di kehidupan sehari-hari. Dapat disimpulkan bahwa seorang santri yang hidup dilingkungan pesantren memiliki pengetahuan agama yang cukup menunjang kematangan beragama terhadap religiusitas dan berkontribusi pada peningkatan regulasi emosi sehingga mengurangi kebiasaan *self disclosure* di media sosial. Berkenaan dengan latar belakang tersebut, maka dipandang penting untuk melakukan penelitian tentang “*Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Self Disclosure di Sosial Media pada Santri Pondok Pesantren Al-Muhajirin Bandung*”.

Rumusan Masalah

Sesuai latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi bahwa rumusan masalah ini adalah : “ Apakah terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan pengungkapan diri di media sosial pada santri Pondok Pesantren Trilogi Al Muhajirin Bandung? ”

Sesuai dengan identifikasi masalah tersebut, maka masalah ini dapat dirumuskan ke dalam beberapa pertanyaan penelitian :

1. Seperti apakah realitas regulasi emosi pada kehidupan santri pondok pesantren Al-Muhajirin ?

2. Seperti apakah realitas pengungkapan diri di media sosial pada santri pondok pesantren Al-Muhajirin ?
3. Adakah hubungan antara regulasi emosi dengan *self disclosure* pada santri pondok pesantren Al-Muhajirin ?

Tujuan Penelitian

Setiap penelitian mempunyai tujuan yang mendasari betapa pentingnya penelitian tersebut dilakukan. Mengacu pada pokok permasalahan diatas yang telah dirumuskan dalam rumusan masalah, maka penelitian ini bertujuan untuk :

1. Untuk mengetahui realitas regulasi emosi pada santri pondok pesantren Al-Muhajirin.
2. Untuk mengetahui realitas *self disclosure* di sosial media pada santri pondok pesantren Al-Muhajirin.
3. Untuk mengetahui bagaimana hubungan regulasi emosi dengan pengungkapan diri di media sosial pada santri pondok pesantren Al-Muhajirin.

Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memiliki beberapa kegunaan, baik secara teoretis maupun praktis:

Secara teoretis :

Penelitian mengenai regulasi emosi dengan pengungkapan diri di media sosial ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam upaya mengembangkan keilmuan psikologi sosial dan komunikasi. Serta menjadi rujukan penelitian berikutnya.

Secara praktis:

1. Penelitian ini dapat memberikan informasi dan pengetahuan bagi santri atau remaja dalam penggunaan media sosial agar lebih bijak dan bermanfaat.
2. Mampu memberikan manfaat dan pengetahuan untuk memahami tingkah laku manusia ketika berinteraksi dengan orang lain dan lingkungannya, sehingga dengan demikian akan mampu menyikapi secara bijaksana setiap peristiwa atau fenomena yang muncul.