

Bab I Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Agama merupakan suatu ikatan yang ada pada diri seseorang yang melambangkan ciri atau identitas seseorang dalam kegiatan spiritualnya. Menurut Sudrajat (2005), menerangkan bahwa agama merupakan suatu hubungan yang dirasakan oleh individu yang meyakini ada yang lebih besar daripada dirinya sehingga individu mempercayai akan hal tersebut dalam kehidupannya. Kegiatan beragama merupakan kegiatan yang paling mencolok dan dapat diamati disetiap waktunya. Karena agama telah menjadi bagian dalam kehidupan manusia mulai dari awal penciptaan manusia hingga saat ini. Keadaan tersebut yang menjadikan banyak manifesto dalam perkembangan agama. Dimana salah satu diantaranya adalah pendirian pesantren sebagai suatu lembaga pendidikan.

Pesantren, merupakan salah satu lembaga pendidikan berbasis islam yang didirikan dalam ranah keislaman yang kental didalamnya. Menurut Zamakhsyari Dhofier (1994), dalam bukunya Tradisi Pesantren, menjelaskan bahwa Pesantren merupakan lembaga yang dimana didalamnya merupakan penyiaran ajaran agama islam. Di Indonesia, berdirinya pesantren untuk saat ini telah menjadi hal lumrah sehingga banyak yang kemudian mulai melirik dan melakukan investasi dalam perkembangan pesantren sehingga mulai banyak orang tua yang lebih memilih menyekolahkan anak remajanya di Pesantren.

Remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mengandung perubahan besar fisik, kognitif dan psikososial (Papalia, Old dan Feldman, 2008). Tidak jauh berbeda dengan Papalia, Daradjat (2010) mengungkapkan perubahan yang terjadi pada masa remaja antara lain jasmani, emosi, sosial serta kecerdasan. Perubahan yang terjadi pada diri remaja mampu membuat remaja dapat bersikap dan berperilaku berbeda dari masa kanak-kanak. Masa remaja juga dituntut untuk dapat melakukan

penyesuaian diri terhadap lingkungannya. Hurlock (1980) mengungkapkan bahwa masa remaja identik dengan berkembangnya lingkungan sosial tempat beraktivitas sehingga membuat mereka dituntut untuk dapat menyesuaikan diri secara efektif. Penyesuaian diri yang efektif adalah ketika individu telah bereaksi terhadap dirinya dan lingkungannya dengan cara yang matang, efisien, memuaskan dan sehat. Serta dapat mengatasi konflik mental, frustrasi, kesulitan pribadi dan social tanpa mengganggu tujuan moral, social, agama dan pekerjaan (Ali, dkk 2014). Penyesuaian diri ini juga dirasakan oleh semua orang, mulai dari anak-anak sampai lansia serta apapun profesinya tanpa terkecuali remaja yang menjadi santri pondok pesantren.



Kegiatan pembelajaran di Pondok Pesantren merupakan salah satu kegiatan. Setiap hari, kegiatan santri dilakukan secara mandiri dan tidak setiap saat dikontrol oleh pengurus kepesantrenan. Para santri dituntut agar bisa mengatur hidupnya sesuai dengan aturan yang berlaku di Pesantren, mulai dari cara mengatur kegiatan ibadah, kegiatan akademik, pola makan, waktu istirahat, keuangan, kesehatan, termasuk masalah psikologis dan masalah-malasan sosial yang dihadapi (Fatimah, 2016). Namun, fenomena yang terjadi di Pondok Pesantren saat ini adalah para santri merasa tidak peduli dengan adanya peraturan yang berlaku di Pondok Pesantren. Santri menganggap bahwa peraturan adalah hal yang biasa jika dilanggar, sehingga banyak santri pondok pesantren melakukan berbagai pelanggaran (Chairani dan Subandi, 2010).

Fenomena lain yang ditemukan di Pondok Pesantren adalah, terdapat beberapa santri yang sering menangis karena merasa kurang nyaman di Pondok. Selain itu, beberapa santri juga meminta pulang ketika mendapat masalah, tidak menyelesaikan masalah tersebut. Munculnya perilaku tersebut didasari oleh kurangnya kemampuan beradaptasi dengan peraturan yang berlaku di Pondok Pesantren, teman dan lingkungan baru, keinginan untuk merasa bebas tanpa kekangan, serta kebiasaan mengantri ketika

mandi ataupun menu makanan yang tidak sesuai selera (Fatimah, 2016). Fenomena yang terjadi pada santri remaja ini yang akhirnya menimbulkan emosi-emosi negatif didalam dirinya sehingga santri merasakan tidak bahagia dan kurang bersyukur.

Menurut “American Heritage English Dictionary” (2009), kata syukur (words of gratitude) berasal dari bahasa latin yaitu *gratus* atau kata-kata syukur, yang mengungkapkan rasa syukur (bersyukur) atau memuji (menyenangkan). Dalam bahasa Indonesia, rasa syukur bisa diartikan sebagai rasa syukur. Kata terima kasih sendiri berasal dari bahasa Arab dan berarti memuji kebaikan dan "penuh dengan sesuatu". Dalam istilah bahasa Arab, kata syukur memiliki arti dasar yang berkaitan dengan syukur. Yang pertama adalah memuji kebaikan yang diperoleh, meskipun itu hanya sedikit kepuasan dan kepuasan. Sebaliknya, kuda yang menggemukkan tetapi hanya membutuhkan sedikit rumput. Perasaan kedua adalah bahwa kebutuhan kita telah terpenuhi dan diiringi dengan ketekunan. Oleh karena itu, makna dasar tersebut menjelaskan makna syukur yaitu mereka yang puas dengan sedikit akan mendapatkan lebih banyak (Amin, 2009).

Secara konseptual, Gratitude terbagi menjadi dua sifat yaitu, *Traits* (keadaan) dan *State* (sifat). Dimana, sebagai sebuah keadaan, Gratitude itu menjadi seperti bagaimana seseorang merasakan Gratitude dalam dirinya, meski tidak selalu gratitude itu muncul. Namun kadang kala seseorang akan merasakan Gratitude tersebut. Sedangkan dalam sifatnya, Gratitude menjadi sebuah rasa berterimakasih terhadap sesuatu yang didapat atau dihasilkan namun bersifat subjektif. Mc Cullough, dkk (2002)

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi gratitude menurut McCullough,. (2002) diantaranya, Emosi, Prosocial, Religius. Faktor – faktor tersebut membuktikan bahwa, para ahli Psikologi Positif berusaha mengembangkan itensitas kebajikan dalam diri individu. Yang dimana hal tersebut pasti dimiliki pada masing – masing individu. Karena gratitude itu sendiri melekat dalam diri pada setiap masing – masing individu.

Beberapa penilaian terhadap tinggi atau rendahnya gratitude sendiri dipengaruhi beberapa indikator. Diantaranya sebagai berikut, Menurut Watkin et al (2003 ; 2009) Memiliki sense of abundance, Simple pleasure, Appreciation of others. Menurut Fitzgerald (1998) Perasaan apresiasi yang hangat terhadap seseorang atau sesuatu, Keinginan atau kehendak baik (goodwill) yang ditujukan kepada seseorang atau sesuatu, Kecenderungan untuk bertindak positif berdasarkan rasa apresiasi dan kehendak baik yang dimilikinya.

Sehingga individu dapat dibedakan menjadi beberapa tipikal Individu dengan tingkat gratitude yang tinggi dan rendah. Sebagaimana berikut :

Tingkat Gratitude menurut Mc Cullough (2002).

Gratitude Tinggi	Ada beberapa tipikal orang dengan Gratitude yang tinggi dimana individu tersebut akan tidak mudah terkena masalah psikis seperti, stress, depresi dan sebagainya atau singkatnya individu dengan gratitude yang tinggi akan mampu mengontrol emosi dalam dirinya dan tidak mudah putus asa. Seseorang yang tidak merasa kekurangan akan merasa positif tentang dirinya. Dia akan puas dengan kehidupan yang dimilikinya, dan dengan hidupnya sendiri.
Gratitude Rendah	Kebalikan dari Gratitude tinggi meliputi, mudah stress, depresi, putus asa dan lain sebagainya. Juga orang yang memiliki kecenderungan Gratitude yang rendah akan merasa bahwa dirinya diliputi banyak kekurangan, sehingga tidak ada kata puas dan rasa terimakasih yang cukup untuk hal – hal yang diterima

Dari fenomena yang terjadi akhirnya penulis melakukan survei awal kepada para staf pengajar serta santri di Pesantren Nurrohman Sumedang. Hasil dari survei terdapat beberapa santri yang merasa terpaksa masuk pesantren dikarenakan keinginan orangtuanya, akan tetapi

ada juga santri yang sangat bersyukur di pesantren karena menurutnya agama adalah hal yang sangat penting untuk dipelajari.

Sedangkan staf pengajar mengatakan bahwa kurikulum di pesantren ini religiusitas merupakan hal yang selalu di tekankan kepada para santri terutama dalam menjalankan perintah agama sehingga para santri memiliki rasa bersyukur yang tinggi, sehingga apa yang terjadi didalam kehidupan mereka bukanlah hal yang kebetulan melainkan sebuah anugerah dari sang pencipta yang bisa membuat mereka mensyukuri arti kehidupan.

Hal tersebut sesuai dengan penelitian menurut Darmawanti (2012) individu yang selalu menjalankan perintah agamanya cenderung mampu menjalani kehidupannya dengan baik. Individu yang menjalankan komitmen agamanya ternyata memiliki stabilitas diri dan selalu mensyukuri hidupnya dibanding individu yang tidak kontinu dalam menjalankan ajaran agamanya. Dimana menurut Muawanah (2004), menjelaskan bahwa fungsi Agama bagi kehidupan ialah, fungsi edukasi, penyelamatan, pengawasan sosial, memupuk persaudaraan, transformatif. Dari penjelasan diatas pesantren merupakan suatu kegiatan yang menjadikan didalamnya hal - hal yang berkaitan dengan agama dalam hal edukasi, penyelamatan, pengawasan, pemupuk persaudaraan serta transformatif.

McCullough, Emmons, dan Tsang (2002) mengatakan bahwa terdapat beberapa hal yang dapat mempengaruhi gratitude seseorang, antara lain adalah affect dan well-being, prosociality, dan spirituality. Berkaitan dengan pesantren yang merupakan salah satu bukti fungsi dari adanya agama dalam kehidupan manusia, dalam hal edukasi mengajarkan didalamnya tentang kegiatan spiritualitas yang ada pada diri manusia. Spiritualitas didefinisikan sebagai persepsi yang dihasilkan oleh pengalaman, di mana keadaan atau kekuatan melebihi kesadaran dan kekuatan seseorang; hal ini tidak serta merta terjadi dalam

konteks religius yang terorganisir (Underwood & Teresi, 2002). Konsep ini mirip dengan spiritualitas, yaitu religiusitas.

Religiusitas mengarahkan kepada seseorang dalam apapun yang terjadi pada kehidupan bukan merupakan sesuatu yang terjadi secara kebetulan, namun merupakan sebuah karunia yang diberikan serta bukan karena usaha mereka sendiri, (Emmons & McCullough, 2004). Hal tersebutlah yang menekankan kearah dimana kita harus menyadari bahwa apapun yang kita hadapi atau yang terjadi didalam kehidupan kita merupakan salah satu anugerah dari Tuhan yang diberikan kepada kita dan patut kita syukuri. Individu dengan religiusitas yang positif mampu mengendalikan emosinya, serta mampu memaknai suatu musibah yang terjadi pada dirinya menjadi suatu hal yang positif sehingga bisa lebih mensyukuri apa yang terjadi di dalam hidupnya.

Emmons (2012) menambahkan bahwa gratitude yang didasari oleh religiusitas adalah keadaan dimana seseorang menyadari bahwa ia tidaklah pantas, namun ia diberikan anugerah untuk menikmati keadaannya tersebut. Amin (2012) menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang, maka semakin tinggi juga tingkat gratitude seseorang. Pernyataan tersebut diperkuat dengan dua alasan, dimana semua agama dan kepercayaan menyatakan bahwa gratitude adalah suatu hal yang baik, serta gratitude akan tumbuh seiring dengan meningkatnya religiusitas, karena religiusitas mengarahkan seseorang mengenai bagaimana dirinya yang semula tidak pantas, namun diberikan karunia untuk menikmati kehidupannya. Beberapa penelitian berusaha membuktikan adanya hubungan positif antara religiusitas dengan gratitude, di antaranya adalah penelitian yang dilakukan oleh Emmons & McCullough (2004).

Penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa orang dengan tingkat religiusitas yang tinggi cenderung lebih sering menunjukkan gratitude dibanding orang dengan tingkat

religiusitas yang rendah (Emmons & Kneezel, 2005, dalam Emmons, 2012). Watkins, dkk (dalam Emmons, 2012) berpendapat bahwa gratitude merupakan ciri afektif positif yang terdapat dalam religiusitas. Adapun penelitian di Indonesia pada tahun 2015 oleh Winny & Fransisca hasilnya menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dari religiusitas terhadap *gratitude*.

Ada beberapa hipotesa dalam penelitian ini dimana penulis mengambil 2 hipotesa dari *Tabel Tingkat Gratitude Mc Cullough* (2001), yaitu, *Gratitude Tinggi* dan *Gratitude Rendah*. Dimana Santri dengan tingkatan *Religiusitas Tinggi* maka *Gratitude Tinggi*. Sehingga akan cenderung terhindar dari penyakit psikis seperti stress, depresi dan sebagainya atau singkatnya individu dengan gratitude yang tinggi akan mampu mengontrol emosi dalam dirinya dan tidak mudah putus asa. Seseorang yang merasa tidak mampu akan memiliki perasaan yang positif tentang dirinya. Dia akan puas dengan semua yang dia miliki dan kehidupan yang dia jalani. Ia akan merasa berkecukupan terhadap apa yang dimilikinya, puas dengan kehidupan yang dijalannya. Sedangkan Santri dengan tingkatan *Religiusitas Rendah* maka *Gratitude Rendah*.

Dipilihnya Pesantren Nurrohman Sumedang sebagai tempat penelitian, disebabkan Pesantren Nurrohman Sumedang merupakan pesantren berbasis salaf. Kemudian berdasarkan survei awal menyatakan bahwa staf pengajar memfokuskan pembelajaran terkait religiusitas serta keadaan santri disana yang merasa bahwa keadaan religiusitas merupakan hal yang penting bagi mereka untuk dapat mensyukuri arti kehidupan yang mereka jalani.

Berdasarkan beberapa landasan yang didapatkan, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui besar pengaruh *Religiusitas* terhadap *Gratitude* pada Santri yang tinggal di Pondok Pesantren Nurrohman Sumedang. Hipotesa penelitian ini adalah ada pengaruh yang signifikan dari *Religiusitas* terhadap *Gratitude* pada Santri yang tinggal di Pondok Pesantren Nurrohman Sumedang.

Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang tersebut, maka yang menjadi masalah dalam penelitian ini adalah : “Apakah terdapat pengaruh *Religiusitas* terhadap *Gratitude* pada Santri yang tinggal di Pondok Pesantren Nurrohman Sumedang?”.

Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini ialah untuk mengetahui apakah ada pengaruh dari *Religiusitas* terhadap *Gratitude* pada Santri yang tinggal di Pondok Pesantren Nurrohman Sumedang.

Kegunaan Penelitian

Kegunaan Teoritis, Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi perkembangan Psikologi, khususnya Psikologi Positif. Serta dapat digunakan sebagai acuan bagi penelitian yang selanjutnya dalam bidang Psikologi Positif.

Kegunaan Praktis, Hasil dari penelitian ini dapat menjadi referensi bagi para pengajar untuk meninjau *Religiusitas* dari Santri Pesantren Nurrohman Sumedang untuk lebih bisa meningkatkan *Religiusitas* Santri dan semoga bisa bermanfaat bagi Penulis dan Pembaca untuk meningkatkan kembali *Religiusitas* kita.