

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pesantren, Menjadi sarana pendidikan paling awal di Indonesia, secara signifikan telah berkontribusi dalam menghasilkan generasi ulama. Pesantren merupakan institusi pendidikan yang berakar kuat dalam tradisi masyarakat Muslim Indonesia. Dalam perkembangannya, pesantren mampu bertahan dan melestarikan eksistensinya sebagai suatu sistem yang tangguh, sekaligus menghadirkan model pendidikan yang mencakup berbagai aspek kehidupan (Usman, 2013). Ada keyakinan bersama dari Sebagian besar peneliti Pesantren merupakan salah satu bentuk lembaga pendidikan berbasis tradisi yang tumbuh secara historis dan kultural di Indonesia, serta memiliki peran penting dalam perkembangan pendidikan keagamaan di masyarakat. Namun demikian, terdapat perbedaan pandangan terkait asal-usul kemunculan pesantren di tanah air. Pandangan pertama menyatakan bahwa pesantren merupakan hasil kreativitas historis masyarakat Indonesia, yang terbentuk melalui interaksi dengan budaya pra-Islam. Sementara itu, terdapat perspektif lain yang beranggapan bahwa model pendidikan pesantren berasal dari adaptasi sistem pendidikan Islam yang berkembang di Timur Tengah. Mereka yang menganut pandangan ini juga ragu terhadap pendapat yang menghubungkan pesantren dengan lembaga-lembaga kuno seperti mandala dan asrama dari masa Hindu-Buddha, karena meragukan keberadaan praktik pembelajaran kitab suci atau teks keagamaan dalam lembaga-lembaga

tersebut seperti yang dilakukan di pesantren (Makmun et al., n.d, 2014). Istilah pesantren berasal dari kata pe-santri-an, kata "santri" dalam bahasa Jawa berarti murid. Sementara itu, kata pondok diambil dari bahasa Arab funduuq, yang artinya tempat istirahat atau penginapan. Di daerah Aceh, pesantren juga dikenal dengan sebutan dayah. Ridwan Nasir Pesantren merupakan institusi pendidikan Islam yang tidak hanya menjalankan fungsi pedagogis melalui proses belajar-mengajar, tetapi juga berperan strategis dalam pelestarian, pengembangan, dan diseminasi ilmu keagamaan di tengah masyarakat (Masrur et al., n.d.).

Awal mula berkembangnya pesantren di Jawa Timur terjadi menjelang runtuhnya Kerajaan Majapahit, dengan pusat kegiatan pertama berlokasi di daerah Ampeldenta, Surabaya. Seiring berjalannya waktu, setelah Pesantren Tegalsari berdiri, muncul berbagai pesantren besar yang memiliki pengaruh kuat, sejumlah pesantren bersejarah di Jawa Timur mencatatkan waktu pendiriannya sejak abad ke-18 hingga abad ke-19, seperti Pesantren Sidogiri di Pasuruan (1745), Panji Siwalan di Sidoarjo (1770), Tremas di Pacitan (1830), Langitan di Tuban (1852), Jampes di Kediri (1886), dan Guluk-Guluk di Sumenep (1887). Sementara itu, informasi mengenai awal berdirinya Pesantren Pademangan (Bangkalan) dan Maskumambang (Gresik) masih belum pasti, meskipun diperkirakan telah eksis sejak pertengahan abad ke-19 (Sayono, 2009).

Pesantren Tahfidzul Qur'an (PPTQ) Al-Muqorrobin, yang berlokasi di Kecamatan Siman, Kabupaten Ponorogo, merupakan institusi pendidikan

Islam yang mengembangkan metode hafalan Al-Qur'an secara bil-gaib dalam proses pembinaan santriwati, baik dari kalangan mahasiswa maupun non-mahasiswa. Metode bil-gaib ini menjadi standar dalam mengukur kemampuan hafalan santriwati, terutama dalam ujian kenaikan juz yang diadakan secara berkala sebagai bentuk evaluasi terhadap capaian hafalan dan syarat untuk melanjutkan penambahan hafalan. Ujian ini mengharuskan santriwati melafalkan hafalannya dengan benar dan lancar, yang sering kali menjadi momen yang menegangkan bagi mereka.

Menghafal Al-Qur'an adalah salah satu bentuk kegiatan memerlukan ketekunan dan fokus tinggi, komitmen yang kuat, serta kondisi psikologis yang stabil. Namun, dalam kenyataannya, banyak santriwati yang mengalami kecemasan saat menghadapi ujian kenaikan juz khususnya santriwati yang juga mengikuti perkuliahan. Hal ini disebabkan oleh masa maukuf atau waktu persiapan ujian yang cukup singkat, yaitu hanya 10 hari setelah santriwati menyelesaikan setoran hafalan satu juz. Selain itu padatnya jadwal perkuliahan sering kali menyulitkan santriwati dalam membagi waktu antara mengaji, istirahat, dan kegiatan akademik. Berbeda halnya dengan santriwati yang tidak mengikuti perkuliahan, mereka cenderung memiliki waktu yang lebih longgar sehingga dapat lebih maksimal dalam mempersiapkan diri untuk mengaji dan memperkuat hafalan, meskipun demikian ujian kenaikan juz merupakan hal yang menegangkan dan menguji mental, selain itu kecemasan tersebut muncul karena adanya rasa ingin untuk tampil sempurna, rasa takut melakukan kesalahan, serta kekhawatiran akan penilaian yang

kurang baik dan mengharuskan santriwati mengulang Kembali ujian yang telah dilakukan untuk mendapatkan penilaian yang lebih baik. Dan Tingkat kecemasan pada santriwati yang akan melakukan ujian itu berbeda-beda sesuai dengan posisi duduk santriwati pada saat melaksanakan ujian, semakin jauh tempat duduk santriwati dari Ibuk Nyai (penguji) semakin rendah kecemasan yang mereka alami.

Santriwati yang mengalami kecemasan seringkali memperpanjang waktu persiapan ujian, meskipun hal tersebut sebenarnya tidak diperbolehkan. Kecemasan yang tidak terkelola dengan baik dapat diukur dengan skala kecemasan dan dapat berdampak pada performa hafalan, bahkan dapat menghambat proses belajar dan menurunkan motivasi santriwati dalam menghafal Al-Qur'an.

Ujian hafalan Al-Qur'an bil ghoib kerap menjadi momen penuh tekanan bagi santriwati, khususnya mereka yang juga dibebani dengan aktivitas perkuliahan. Keterbatasan waktu persiapan, intensitas kegiatan akademik, serta dorongan untuk tampil sempurna sering kali memunculkan kecemasan yang cukup tinggi. Dalam konteks ini, dukungan dari teman sebaya diharapkan mampu menjadi sumber ketenangan emosional. Namun, kenyataannya tidak semua santriwati merasakan manfaat dari dukungan tersebut secara optimal. Hal inilah yang kemudian menimbulkan pertanyaan kritis tentang sejauh mana dukungan sosial benar-benar mampu mereduksi kecemasan yang muncul dalam menghadapi ujian hafalan.

Kecemasan adalah kondisi emosional yang muncul ketika seseorang mengalami tekanan perasaan (frustrasi) atau konflik batin. Saat individu merasa cemas karena tekanan emosional atau konflik dalam dirinya, perasaan tersebut bisa muncul dalam berbagai bentuk emosi, baik yang disadari maupun tidak disadari. Kecemasan cenderung muncul ketika seseorang menahan amarah atau frustrasi dalam waktu yang lama. Selain itu, kondisi fisik juga berhubungan erat dengan pikiran, sehingga keduanya dapat saling memengaruhi dan memicu timbulnya kecemasan (Hanim & Ahlas, 2020). Secara sadar, kecemasan dapat muncul dalam bentuk perasaan takut, terkejut, tidak berdaya, bersalah, maupun merasa terancam. Banyak individu mengalami gangguan psikologis, salah satunya adalah kecemasan.

Kecemasan merupakan kondisi yang dirasakan sebagai ancaman terhadap kesehatan individu, yang timbul akibat ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri baik dengan diri sendiri maupun dengan lingkungan sekitar (Aminullah, 2013). Ketika seseorang mengalami kecemasan yang tinggi dalam situasi ujian, kemampuan kognitifnya untuk memproses informasi menurun, sehingga ia kesulitan dalam merumuskan strategi pemecahan masalah yang sesuai (Widyaning Putri et al., n.d.).

Lonjakan kasus gangguan kecemasan secara global tercatat cukup drastis pada tahun 2021, dengan kenaikan dari 53,2 juta menjadi 76,2 juta kasus. Mayoritas kasus tersebut dialami oleh perempuan, yakni sebanyak 51,8 juta,

sedangkan laki-laki menyumbang angka 24,4 juta kasus, menunjukkan adanya kesenjangan berdasarkan jenis kelamin dalam prevalensi gangguan kecemasan. (Nurma Zela.G, 2023). Teori interpersonal menjelaskan bahwa kecemasan muncul sebagai akibat dari ketakutan akan penolakan dalam hubungan antarpribadi, yang sering kali berakar pada pengalaman traumatis di masa perkembangan, seperti kehilangan atau perpisahan dengan orang tua. Bahkan, hilangnya rasa harga diri juga dapat memicu munculnya kecemasan yang cukup berat pada diri seseorang (Aminullah, 2013) Remaja dan dewasa awal cenderung lebih rentan terhadap gangguan kecemasan bila dibandingkan dengan individu yang lebih tua. Kelompok usia 20 hingga 24 tahun tercatat sebagai kelompok dengan prevalensi tertinggi, yakni mencapai peningkatan 1.331 per 100.000 populasi, mencerminkan beban psikologis yang signifikan pada rentang usia tersebut (Nurma Zela.G, 2023).

Dari hasil wawancara dengan 12 santri kelas I Pondok Pesantren Nurul Huda Singosari, Malang tahun ajaran 2012/2013, diketahui bahwa kecemasan kerap muncul menjelang pelaksanaan ujian hafalan, Kecemasan ini dipicu oleh perasaan belum menguasai materi secara optimal, serta ketakutan akan kegagalan dan tidak mampu tampil sebaik teman-teman lainnya. Beberapa santri juga mengungkapkan bahwa mereka kerap dibayangi oleh pikiran-pikiran tidak rasional, seperti menganggap diri tidak cakap dan akan gagal. Meskipun muncul dorongan untuk menunjukkan kemampuan, minimnya rasa percaya diri membuat mereka lebih memilih diam dan tidak mengekspresikan diri (Aminullah, 2013).

Salah satu yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan santriwati adalah adanya dukungan sosial dari lingkungan sekitar seperti dukungan teman sebaya. Menurut Sarafino Dukungan sosial dipandang sebagai suatu bentuk perhatian dari lingkungan sekitar yang ditunjukkan melalui rasa nyaman, kepedulian, penghargaan, serta bantuan lainnya yang membantu individu merasa diterima (Maryam & Sovitriana, n.d.). Individu akan memaknai dukungan sosial secara positif apabila ia benar-benar merasakan manfaat dari dukungan yang diberikan. Sarafino dan Smith (2011:74) Dukungan sosial bukan hanya tentang apa yang dilakukan orang lain, tetapi juga tentang bagaimana seseorang merasakan bahwa ada perhatian, kenyamanan, dan bantuan yang tersedia untuknya (Putri Imaidah et al., n.d.). Dukungan sosial mencakup berbagai jenis bantuan yang diberikan kepada individu oleh orang lain, seperti dukungan secara emosional, informasi, bantuan praktis, dan penilaian yang membangun. Dalam lingkungan pendidikan pesantren, dukungan ini bisa berasal dari keluarga, teman seangkatan, para ustadz/ustadzah, maupun dari komunitas pesantren secara keseluruhan.

Dukungan sosial yang memadai dapat diukur melalui instrumen kuantitatif yang mengukur tingkat penerimaan bantuan emosional, informasi, instrumental, dan penilaian positif. Dukungan emosional berupa motivasi, doa, dan perhatian dari keluarga dan juga teman sebaya mampu mengurangi perasaan cemas dan meningkatkan kepercayaan diri santriwati. Sementara itu, dukungan informasi seperti memberikan nasihat atau bimbingan dalam

menghafal sehingga dapat memperkuat persiapan mereka menghadapi ujian. Selain itu, dukungan instrumental berupa bantuan dalam manajemen waktu atau fasilitas belajar yang memadai juga berperan penting dalam mengurangi tekanan yang dirasakan santriwati.

Tidak seluruh santriwati memperoleh tingkat dukungan sosial yang optimal selama menghadapi ujian. Sebagian dari mereka berada dalam situasi yang minim perhatian atau bantuan dari lingkungan sekitar, yang justru dapat memperparah kondisi psikologis, terutama dalam bentuk kecemasan. Sebaliknya, terdapat santriwati yang mampu menstabilkan kondisi emosional mereka secara lebih efektif, berkat kehadiran dukungan sosial yang solid baik dari keluarga maupun komunitas pesantren.

Temuan ini terlihat adanya hubungan yang berarti antara tingkat dukungan sosial yang diterima santriwati dan besarnya kecemasan yang mereka alami ketika menjalani ujian hafalan Al-Qur'an tanpa melihat mushaf. Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini disusun untuk mengevaluasi secara kuantitatif sejauh mana dukungan sosial berperan dalam menurunkan atau meningkatkan tingkat kecemasan santriwati saat mengikuti ujian kenaikan juz di lingkungan PPTQ Al-Muqorrobbin. Studi ini dirancang dengan pendekatan survei yang menggunakan instrumen pengukuran terstandar sebagai alat utama dalam menghimpun data mengenai berbagai bentuk dukungan sosial yang diperoleh santriwati, serta kondisi kecemasan yang mereka alami selama proses menghadapi ujian. Untuk mengevaluasi keterkaitan antara kedua variabel tersebut, penelitian ini akan mengandalkan

analisis statistik yang memungkinkan pengujian hubungan secara kuantitatif dan objektif.

Melalui hasil penelitian ini, diharapkan dapat tercipta kontribusi nyata dalam mendukung pengelolaan pesantren, khususnya dalam membentuk iklim pembelajaran yang positif dan suportif. Penelitian ini berpotensi menjadi pijakan dalam perumusan intervensi berbasis dukungan sosial, seperti penguatan kapasitas emosional pendidik melalui pelatihan intensif, serta pelibatan aktif keluarga dalam proses akademik santriwati guna menciptakan sinergi yang lebih efektif dalam pendidikan pesantren. Dengan demikian, diharapkan kualitas pendidikan tahfidz di PPTQ Al-Muqorrobin dapat terus ditingkatkan, seiring dengan terciptanya suasana belajar yang lebih positif dan mendukung kesehatan mental santriwati secara keseluruhan.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap tingkat kecemasan santriwati dalam menghadapi ujian kenaikan juz di pptq almuqorrobin?.
2. Bagaimana tingkat dukungan sosial teman sebaya yang diterima santriwati dalam menghadapi ujian kenaikan juz di PPTQ Al-Muqorrobin?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengukur hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan kecemasan santriwati saat ujian kenaikan juz.
2. Untuk mengetahui bagaimana dukungan sosial teman sebaya membantu santriwati dalam mengelola kecemasan selama ujian kenaikan juz.

D. Manfaat Penelitian

1. Dalam ranah teoritis, penelitian ini memberikan sumbangan signifikan bagi pengembangan literatur akademik dengan menghadirkan temuan empiris yang mendukung eksistensi hubungan antara kualitas dukungan sosial yang diterima santriwati dan intensitas kecemasan yang mereka alami saat menghadapi ujian kenaikan juz di lingkungan pendidikan berbasis pesantren seperti PPTQ Al-Muqorrobbin. Data yang diperoleh melalui instrumen terstandarisasi digunakan untuk memperkuat atau memperbarui teori yang ada mengenai pengaruh dukungan sosial dalam mengelola kecemasan. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memperkuat teori yang menyatakan bahwa dukungan sosial, seperti dukungan emosional, informatif, dan instrumental, dapat membantu individu mengatasi kecemasan yang muncul dalam situasi menegangkan.
2. Dalam aspek praktis, hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi nyata terhadap pelaksanaan pendidikan, khususnya dalam konteks lembaga pesantren.

- a. Bagi pengelola pesantren, temuan ini dapat menjadi dasar dalam merancang mengimplementasikan program intervensi psikologis yang terarah guna menurunkan tingkat kecemasan santriwati saat menghadapi ujian kenaikan juz. Beberapa langkah yang dapat dilakukan antara lain:
- Menyelenggarakan program pelatihan yang membantu santriwati mengelola stres dan kecemasan menjelang ujian, dengan pendekatan yang menggabungkan nilai-nilai keagamaan dan panduan psikologis, dibimbing oleh ustadzah yang memiliki empati dan pemahaman terhadap kebutuhan emosional santriwati.
- Membentuk kelompok dukungan teman sebaya yang berkumpul secara rutin sebagai ruang bagi santriwati untuk saling berbagi pengalaman, memberi semangat satu sama lain, dan belajar bersama teknik-teknik sederhana untuk menenangkan diri menjelang ujian.
- b. Bagi para santriwati, temuan dalam penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pemahaman mereka terhadap peran penting dukungan sosial dalam menyikapi tekanan akademik, serta mendorong keterbukaan dalam menerima dukungan dari lingkungan sekitar. Selain itu, bagi orang tua, penelitian ini dapat menjadi panduan dalam memberikan dukungan yang efektif, seperti motivasi, perhatian, dan bimbingan kepada anak selama proses pendidikan tahfidz.
- c. Bagi para akademisi atau peneliti berikutnya, temuan dalam studi ini berpotensi menjadi sumber rujukan yang relevan dalam merancang dan mengembangkan penelitian lanjutan yang berfokus pada isu-isu

psikologis di lingkungan pendidikan berbasis pesantren, seperti kecemasan, motivasi belajar, atau dukungan sosial antarindividu.

E. Definisi istilah

1. Dukungan sosial

Sarafino, dalam (H a n y , 2020), dukungan sosial merujuk pada bentuk perhatian, kenyamanan, penghargaan, serta bantuan yang diterima individu dari orang lain atau kelompok. Dukungan ini mencakup aspek-aspek seperti perhatian yang tulus, respons emosional yang hangat, serta ungkapan empati yang memperkuat rasa keterhubungan sosial. Dukungan sosial terdiri atas 4 aspek yaitu:

1. Dukungan emosional
2. Dukungan nyata atau instrumental
3. Dukungan informasi.
4. Dukungan persahabatan.

2. Kecemasan.

Menurut Daradjat dalam (khofifah i, 2024) Kecemasan adalah hasil dari kombinasi berbagai reaksi emosional yang muncul ketika seseorang mengalami tekanan perasaan (frustrasi) dan benturan dalam pikirannya (konflik kognitif). Aspek – aspek kecemasan terbagi menjadi dua bentuk, yaitu :

1. Fisiologis.
2. Psikologis: