

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang

Menggali pengetahuan adalah aspek yang esensial bagi individu. Seseorang bisa memperoleh beragam pengetahuan untuk mendukung kehidupan mereka dan memenuhi kebutuhan melalui penerapan pengetahuan tersebut dalam aktivitas sehari-hari. Salah satu metode yang digunakan untuk menggali pengetahuan adalah melalui pendidikan. Menurut Rahmat (dalam Mahasin & Harsono, 2022) pendidikan merupakan proses bertindak yang dilakukan secara sengaja bertujuan dalam peningkatan kematangan dan mengungkap potensi yang bisa dimanfaatkan dalam kehidupan.

Pendidikan di Indonesia selama ini berjalan secara dua substansi pendidikan, yaitu pendidikan umum dan pendidikan agama (Jannah, 2013). Pesantren merupakan salah satu bentuk dari lembaga pendidikan Agama Islam dan berkembang sesuai dengan tuntunan zaman. Beberapa ciri khusus dari pesantren adalah siswa dikenal sebagai santri, guru dikenal sebagai Ustadz, pengasuh pesantren dikenal sebagai Kyai, belajar dan hidup di asrama atau pondok yang disediakan oleh pesantren. Lembaga pendidikan pesantren, memiliki kurikulum yang sangat berbeda dengan pendidikan formal. Begitu juga bagi setiap pesantren memiliki kurikulum yang berbeda-beda. Pendidikan yang diberikan yaitu pembelajaran ilmu agama yang berdasar dari Al-Qur'an dan Hadis sebagai pedoman kehidupan.

Berdasarkan catatan Kementerian Agama pada bulan April 2022, terdapat 26.975 pesantren di Indonesia. Seluruh pesantren tersebut terdiri dari 2,65 juta

santri (dataindonesia.id). Provinsi Jawa Timur memiliki predikat pesantren terbanyak ketiga dengan jumlah 4.452 pesantren. Selanjutnya, berdasarkan data dari Kementerian Agama (2019) diketahui bahwa Pasuruan menempati posisi ke-5 dengan jumlah pesantren terbanyak yaitu 189 pesantren. Hal tersebut membuat Pasuruan disebut sebagai Kota Santri. Salah satunya Pondok Pesantren Ngalah dengan jumlah santri sekitar 5114 santri menurut data statistik pesantren atau SISDA (2023). Pondok Pesantren Ngalah, merupakan salah satu pondok yang berbasis *modern* yang memiliki lembaga formal dan non formal sekaligus terdapat program *tahfidz*.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengurus pesantren, diketahui bahwa keinginan menghafal Al-Qur'an santri di pesantren Ngalah mengalami peningkatan setiap tahunnya. Bagi santri yang mengikuti program *tahfidz* selain harus fokus dengan proses menghafal Al-Qur'an juga harus fokus pada sekolah formal, *non formal* / *Madrasah Diniyah*, dan kegiatan pesantren lainnya seperti hafalan nadzoman dan kegiatan bandongan. Menurut Wijaya (2015) Proses menghafal Al-Qur'an memerlukan tingkat fokus dan semangat yang tinggi. Jika metode hafalan Al-Qur'an tidak baik, maka para penghafal bisa kehilangan semangat dan menghadapi kesulitan dalam mengingat ayat-ayatnya.

Faqihuddin (dalam Mahasin & Harsono 2022) dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa untuk minat menghafal Al-Qur'an juga sedikit pada orang Islam. Berdasarkan data statistik diketahui jumlah penghafal Al-Qur'an di Indonesia sekitar 0,01% dari total 250 juta penduduk. Kecilnya presentase jumlah penghafal Al-Qur'an menunjukkan bahwa dalam proses menghafal Al-Qur'an tidaklah mudah. Proses tersebut bermula melalui pembelajaran dasar-

dasar Al-Qur'an, yaitu dengan mengenal huruf hijaiyah hingga bisa membaca Al-Qur'an sesuai dengan kaidah (Warsah & Uyun, 2019).

Menjadi seorang santri di masa remaja sering memunculkan kesulitan tersendiri. Selain itu, santri juga berada pada masa pencarian jati diri di mana santri masih membutuhkan dukungan dari beberapa pihak. Hal ini disebabkan fase remaja merupakan fase yang penuh tantangan dan dipenuhi oleh konflik dan perubahan suana hati (*mood*), atau yang dikenal dengan masa *storm and stress* (Santrok dalam Wijaya, 2021). Berdasarkan teori Santrok tersebut, diketahui bahwa santri membutuhkan dukungan dari beberapa pihak, baik dari keluarga maupun lingkungan terdekatnya. Namun, pada kehidupannya di pesantren, santri dituntut untuk tinggal jauh dari keluarga dan hanya hidup berdampingan dengan teman dan pengasuh pesantren. Di mana santri harus belajar menghadapi segala sesuatu sendiri dan menghadapi masalah sendiri. Selain itu, kegiatan pesantren yang sangat padat mulai pagi sampai malam, sekolah formal, madrasah diniyah, dan juga program *tahfidz* menjadi tekanan tersendiri bagi santri.

Berdasarkan hasil observasi di Pondok Pesantren Ngalah, diketahui bahwa kegiatan di pondok pesantren dimulai pada pukul 03.30 yaitu persiapan untuk jamaah sholat subuh. Usai sholat jamaah subuh kegiatan selanjutnya yaitu bandongan kitab sampai pukul 05.30. Setelah kegiatan bandongan, santri *tahfidz* menyetorkan *muroja'ahnya* pada pengurus Asrama. Pada pukul 06.00 santri berjamaah sholat dhuha dan setelah sholat dhuha santri bersiap-siap untuk berangkat ke sekolah. Pada pukul 13.00 setelah pulang sekolah, sholat berjamaah dzuhur, setelah berjamaah sebagian santri ada yang menghafalkan al-qur'an dan ada yang beristirahat. Pada pukul 15.30 sholat ashar berjamaah

kemudian dilanjut bandongan tafsir Mbah Kyai sampai pukul 16.30 dan dilanjut makan sore. Setelah jamaah maghrib santri *tahfidz* melanjutkan setoran tambahan hafalannya pada pengasuh Asrama atau biasa disebut Ning. Setelah jamaah isya' santri mengikuti madrasah diniyah sampai jam 21.15 di mana santri juga dituntut menghafalkan *nadzoman*. Setelah pulang madrasah diniyah kegiatan selanjutnya yaitu belajar bersama dikamar masing-masing materi sekolah formal sampai pukul 22.00. Waktu istirahat santri terkadang juga dibuat untuk menghafalkan al-qur'an sampai larut malam. Hal tersebut tidak jarang membuat santri akhirnya mengantuk di sekolah. Hal ini dilakukan karena padatnya kegiatan pesantren, namun mereka harus tetap mengejar target *khatam* pada proses *tahfidznya*.

Untuk melaksanakan kegiatan tersebut, santri perlu memiliki kemampuan untuk beradaptasi dan tetap stabil saat menjalankan kegiatan di pesantren. Mereka harus dapat menjaga produktivitasnya meskipun menghadapi berbagai tantangan, yang sering disebut sebagai kemampuan resiliensi. Resiliensi adalah kemampuan untuk beradaptasi ketika menghadapi kesulitan, trauma, tragedi, ancaman, atau situasi yang dapat menyebabkan stres. (Southwick dkk., dalam Nashori & Saputro, 2021). Kemampuan resiliensi yang kuat sangat penting bagi santri agar mereka dapat bertahan dan menemukan solusi dalam proses mereka. Karena dengan resiliensi yang baik akan memiliki kemampuan untuk mengelola emosi dan perilaku, serta memiliki optimisme yang baik dalam menghadapi tantangan atau padatnya kegiatan di pesantren.

Pada hasil survey awal yang dilakukan oleh peneliti kepada 20 santri *tahfidz* di Pondok Pesantren Ngalah Purwosari Pasuruan, diketahui 79,3% santri sering merasa cemas berlebihan jika tidak bisa memenuhi target hafalan dalam

satu hari, 86,2% santri mengalami kesulitan untuk fokus menghafalkan Al-Qur'an ketika lingkungan ramai, 58,6% menunjukkan santri sering merasa putus asa ketika gagal menyetorkan hafalan, dan 55,2% menunjukkan santri merasa ragu mampu menyelesaikan tes satu juz dalam satu duduk.

Tantangan lain yang dialami selain kegiatan yang padat yaitu sering merasa bosan, jenuh, dengan kegiatan harian, sehingga mengalami kesulitan dalam mencapai target hafalan. Tak jarang juga hasil belajar dan prestasi mengalami penurunan. Ditambah lagi ketika ada masalah sosial dengan teman sekamarnya, dan lain sebagainya. Sehingga tidak jarang hal tersebut membuat santri merasakan tekanan dan stress. Hal ini membuat santri membutuhkan resiliensi. Rutten dkk (dalam Nashori & Saputro, 2021) menyatakan bahwa resiliensi adalah sebuah proses yang fleksibel dan adaptif yang membantu individu tetap stabil atau pulih dengan cepat dari situasi stres atau tekanan. Sesuai dengan kehidupan santri *tahfidz* di pesantren yang harus tetap berjuang menyelesaikan hafalannya dengan kegiatan di asrama yang padat dan sekolah formal.

Berdasarkan hasil wawancara pengurus Pondok Pesantren Ngalah diketahui data lima tahun terakhir dari 380 *tahfidz* yang dapat menyelesaikan hafalannya sebagai berikut:

Tabel 1.

Data lima tahun terakhir santri *tahfidz* yang dapat menyelesaikan hafalan

No	Tahun	Jumlah Santri <i>Tahfidz</i>	Presentase
1	2019	6 Santri	2%
2	2020	12 Santri	3%
3	2021	19 Santri	5%
4	2022	28 Santri	7%

5	2023	12 Santri	3%
---	------	-----------	----

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa terdapat penurunan presentase santri *tahfidz* yang dapat menyelesaikan hafalannya. Yaitu dari 7% santri pada tahun 2022 menjadi 3% santri pada tahun 2023. Di mana terdapat 93% santri *tahfidz* yang tidak dapat menyelesaikan hafalannya pada tahun 2023. Hal ini menunjukkan bahwa dampak dari resiliensi yang rendah yaitu menurunnya pertahanan santri *tahfidz* untuk menyelesaikan hafalannya.

Salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi yaitu dengan melakukan pengaturan diri pada perilaku mereka agar dapat sampai pada cita-cita yang diharapkan. Pengaturan diri tersebut dikenal dengan istilah regulasi diri. Resiliensi seringkali terkait dengan kapasitas untuk mengatasi situasi yang menantang dan kondisi yang kurang menguntungkan yang dapat memicu timbulnya emosi negatif pada situasi tersebut. Kondisi emosional menjadi aspek penting dalam menilai apakah seseorang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi atau tidak. Dalam konsep psikologi dikenal dengan istilah kecerdasan emosional yang menitik beratkan pada kemampuan individu dalam mengelola emosinya. Menurut Salovey (dalam Nashori & Saputro, 2021) regulasi diri merupakan salah satu komponen dalam kecerdasan emosional. Regulasi diri adalah bentuk kemampuan individu untuk mengatur perasaan sehingga tidak dikuasai oleh dorongan impulsif sehingga dapat menempatkan diri. Individu yang semakin banyak mengelola emosinya akan membuatnya lebih produktif dan terarah. Dengan regulasi diri yang baik akan membangun kemampuan santri dalam mengatasi hambatan yang dihadapi. Oleh karena itu, jika santri memiliki regulasi yang baik akan memiliki resiliensi yang baik juga.

Artuch-Garde dkk. (dalam Pattynama dkk, 2019) menyatakan bahwa ada korelasi yang kuat dan se arah antara kemampuan regulasi diri dan tingkat resiliensi. Artuch-Garde dkk. (dalam Pattynama dkk, 2019) juga menyatakan bahwa belajar dari kesalahan atau regulasi diri merupakan pembentuk yang signifikan untuk menghadapi toleransi terhadap situasi negatif atau biasa disebut dengan resiliensi. Lebih lanjut Artuch-Garde dkk. (dalam Pattynama dkk, 2019) menjelaskan bahwa bertambah baik regulasi diri yang dimiliki oleh seseorang, maka akan bertambah baik pula resiliensi yang dimiliki individu tersebut. Begitu juga bagi seorang santri, santri yang memiliki regulasi diri yang baik akan dapat mengatasi toleransi terhadap situasi negatif yang terjadi padanya, sehingga ia akan memiliki resiliensi yang baik juga.

Kemampuan untuk mengatur diri dapat memiliki signifikansi yang besar dalam mengetahui resiliensi individu, sebagai cara untuk membentuk kehidupan yang diharapkan. (Dias & Cadime, dalam Fatmawati, 2018). Karena dengan pengaturan diri yang baik akan dapat memahami diri dalam mempertahankan tujuan kehidupan yang diinginkan. Santri yang dapat memahami dirinya dengan baik akan dapat mengatur dirinya dalam mempertahankan tujuan kehidupannya yaitu menyelesaikan hafalan Al-Qur'annya meskipun dengan padatnya kegiatan pesantren.

Kemampuan mengendalikan diri juga bisa berperan sebagai elemen pembentuk resiliensi pada santri *tahfidz*. Hal ini diperkuat oleh penelitian Wills dan Bantum (dalam Fatmawati, 2018) bahwa regulasi diri mempunyai hubungan dengan resiliensi yaitu sebagai faktor pelindung untuk memperkuat santri dalam menghadapi tantangan-tantangan yang dihadapi di pesantren. Dengan regulasi diri yang baik maka akan membangun resiliensi yang baik bagi santri sehingga

dapat memperkuat santri dalam menghadapi tantangan saat menghafalkan Al-Qur'an.

Berdasarkan pemaparan latar belakang tersebut, peneliti ingin untuk melakukan penelitian yang berjudul **Pengaruh Regulasi Diri terhadap Resiliensi Santri *Tahfidz* di Pondok Pesantren Ngalah Purwosari Pasuruan.**

A. Rumusan Permasalahan

Dengan merujuk kepada latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, maka rumusan masalahnya yaitu apakah ada pengaruh regulasi diri terhadap resiliensi santri *Tahfidz* di Pondok Pesantren Ngalah Purwosari Pasuruan?

B. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pemaparan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah ada pengaruh regulasi diri terhadap resiliensi santri *Tahfidz* di Pondok Pesantren Ngalah Purwosari Pasuruan.

2. Manfaat Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian di atas, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat, baik secara teoritis maupun secara praktis, yaitu:

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritik penelitian ini dapat menambah pengetahuan terkait pengaruh regulasi diri terhadap resiliensi santri *tahfidz* di Pondok Pesantren Ngalah Purwosari Pasuruan.

b. Manfaat Praktis

- 1) Faktor pendukung dalam perkembangan pemahaman penelitian terkait tema tersebut.
- 2) Santri memiliki kemampuan untuk mengendalikan diri dalam menjalani tahapan menghafal Al-Qur'an.
- 3) Mengembangkan dan mendalami lebih lanjut pengetahuan peneliti, terutama dalam aspek keagamaan.

c. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

Tabel 2

Perbedaan dengan penelitian terdahulu

No	Judul	Peneliti	Subjek	Alat Ukur	Hasil
1.	Hubungan antara Optimisme dan Resiliensi Santri Penghafal Al-Qur'an SMPQ Al-Ihsan Jakarta	Salsabila Zara Mahasin dan Yudi Tri Harsono	Santri Penghafal Al-Qur'an SMPQ Al-Ihsan Jakarta	Variabel diukur dengan menggunakan skala optimisme yang mencakup tiga aspek, yaitu permanence, pervasiveness, dan personalization. Sementara itu, resiliensi diukur dengan menggunakan The Adolescent Scale (ARS).).	Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa subjek penelitian memiliki tingkat resiliensi yang tinggi, dan mereka juga tergolong dalam kategori tinggi dalam hal optimisme.
2.	Hubungan antara Dukungan Sosial terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Bidikmisi dengan Mediasi Efikasi	Alaiya Choiril Mufidah	Mahasiswa Bidik Misi	Korelasi <i>product moment</i>	Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara variabel dukungan sosial dan efikasi pada mahasiswa bidikmisi, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,193 dan tingkat

	Diri				signifikansi sebesar 0,079.
3.	Hubungan Kebermaknaan Hidup dengan Resiliensi pada Remaja di Panti Asuhan Bani Adam-As Medan	Fitri Adeinsani Effendi dan Endang Haryati	Remaja panti yang berusia 16-18 tahun	Analisis <i>product moment</i>	Hasil penelitian ini menyiratkan bahwa hipotesis dalam studi ini dapat dikonfirmasi, yang berarti bahwa ada korelasi positif dan signifikan antara tingkat makna hidup dan tingkat resiliensi pada remaja.

Perbedaan utama antara penelitian ini dan penelitian sebelumnya adalah penggunaan regulasi diri sebagai variabel independen (variable X). Subjek penelitian ini adalah santri tahfidz. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini dirancang oleh peneliti sendiri, didasarkan pada teori Reivich dan Shatte (2002) untuk mengukur tingkat resiliensi, dan mengacu pada teori Bandura (seperti yang dijelaskan dalam Fasikhah & Faatimah, 2013) untuk mengukur tingkat regulasi diri. Analisis data dilakukan menggunakan metode regresi sederhana dengan menggunakan perangkat lunak SPSS for Windows.