

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan salah satu aspek penting dalam pembangunan suatu masyarakat dan negara. Agar tercapainya kemajuan dalam negara, lembaga pendidikan memegang peranan kunci dalam membentuk generasi muda. Pendidikan sendiri terbagi menjadi 3 model yakni pendidikan formal, non-formal dan informal. Pendidikan formal adalah pendidikan yang dilaksanakan di sekolah, pendidikan non-formal adalah pendidikan yang dilaksanakan diluar sekolah dan pendidikan informal adalah pendidikan yang dilaksanakan atas kesadaran dan tanggung jawab siswa itu sendiri.¹

Pondok Pesantren adalah salah satu contoh dari lembaga pendidikan dengan model non-formal. Pondok Pesantren adalah lembaga pendidikan islam yang berperan sebagai pembentuk karakter dan iman individu. Hal ini dikarenakan dalam Pondok Pesantren terdapat banyak aspek yang diajarkan seperti fiqh, akidah, akhlak dan tasawuf. Aspek lain yang diajarkan dalam Pondok Pesantren adalah tahfidz Al-Qur'an yaitu proses menghafal seluruh atau sebagian besar Al-Qur'an.

Ada beberapa Pondok Pesantren yang berfokus dalam program tahfidz Al-Qur'an, salah satunya adalah Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2. Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 adalah salah satu dari 5 cabang Pondok Pesantren Hamalatul Quran. Pondok Pesantren ini dinaungi oleh yayasan Graha Muslim Cendekia. Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 berlokasi di Dusun Ringinagung, Desa Keling, Kecamatan Kandangan, Kabupaten Kediri, Jawa Timur. Dalam Pondok Pesantren ini juga terdapat sekolah formal yakni SMP Hamalatul Quran Putri.

¹ Heri Saptadi, "Faktor-Faktor Pendukung Kemampuan Menghafal Al-Qur'an dan Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling," 2012. Hal 118

Dengan adanya sekolah formal berupa sekolah menengah pertama, tentunya usia para santri di pondok Hamalatul Quran Putri 2 didominasi oleh usia 13-15 tahun. Hal ini dikarenakan syarat masuk di Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung minimal berusia 12 tahun atau sudah tamat pendidikan sekolah dasar.

Usia 13-15 tahun adalah tahapan usia masa kanak-kanak akhir. Disinilah masa transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa. Pada tahapan ini pula anak-anak masih berkeinginan untuk bermain namun sudah memiliki kemampuan kognitif yang mumpuni untuk mengerjakan tugas yang bersifat verbal dan teoritis. Tentunya dengan tahapan usia kanak-kanak akhir dan dengan tuntutan untuk menghafalkan Al-Qur'an, tidak bisa dipungkiri akan muncul tekanan dalam diri santri yang disebut sebagai stres.²

Peneliti melakukan observasi langsung ke lokasi penelitian pada tanggal 2 September 2023 dan menemukan fakta bahwa tidak semua santri memiliki latar belakang pernah mondok tahfidz Al-Qur'an, bahkan juga masih banyak santri yang sama sekali tidak memiliki latar belakang pernah mondok. Jadi dapat diartikan bahwa para santri banyak yang belum memiliki pengalaman dalam menghafalkan Al-Qur'an. Hal ini tentunya membuat santri baru sedikit kesulitan dalam mengikuti kurikulum yang ada di pondok pesantren yang harus menghafalkan 2 lembar setiap hari. Umi Khoirunisa selaku ustadzah mengatakan:

Latar belakang santri ya. Untuk santrinya sih nggak semuanya pernah mondok ya mas. Ada sih yang pernah mondok dan punya tabungan hafalan sendiri sebelum mondok tapi ya hanya beberapa saja. Jadinya dalam jalannya proses setoran tidak semua santri sesuai

² Masganti Sit, *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini* (Depok: Perdana Publishing, 2015). Hal 30

target. Bahkan ya santri lama pun tidak semua bisa sesuai target. Banyak mas yang masih dikit setorannya.³

Proses menghafal Al-Qur'an adalah tantangan yang membutuhkan kegigihan, konsistensi dan juga kemampuan kognitif. Seseorang bisa menghafal Al-Qur'an dengan lancar apabila ia konsisten dalam menghafalkannya. Selain itu, kemampuan memori yang kuat juga diperlukan dalam menghafal Al-Qur'an. Suroso dalam Luthfi Farihatun Nisa' dan Alwan Nursuhaida mengemukakan bahwa "Memori manusia memiliki manfaat dan kapasitas yang luar biasa. Bahkan smartphone sebagai gadget paling canggih saat ini pun tidak mampu menandinginya. Namun mengingat adalah tugas yang sulit dan mengingat sangat terkait dengan menghafal".⁴

Disamping berat dan sulitnya menghafal Al-Qur'an, para santri juga memiliki kewajiban untuk melaksanakan berbagai rangkaian kegiatan dalam Pondok Pesantren. Hal ini mengakibatkan santri harus beradaptasi dan manajemen waktu dengan baik. Dikarenakan kegiatan yang padat maka waktu bagi para santri untuk beristirahat juga sangatlah sedikit. Berawal dari padatnya kegiatan yang ada di pondok inilah santri terkadang merasakan adanya tertekan yang muncul dalam dirinya. Umi Khoirunisa mengatakan:

Disini para santri disini banyak yang sering bangun kesiangan, telat ikut kegiatan dan bolos kegiatan. Saat melakukan setoran pun santri banyak yang lupa dengan apa yang sudah dihafal, sulit konsentrasi dan sulit buat santai atau tergesa-gesa.⁵

Berawal dari padatnya kegiatan yang ada di pondok hingga mempengaruhi prosesi setoran hafalan Al-Qur'an adalah beberapa indikasi

³ Hasil wawancara dengan Ustadzah Umi Khoirunisa pada tanggal 9 Maret 2024

⁴ Luthfi Farihatun Nisa' dan M. Alwan Nursuhaida, "Kajian Metode ACQ (Aku Cinta Al-Qur'an): Menghafal Al-Qur'an dan Bahasa Arab Menggunakan Gerakan Tangan dan Tubuh untuk Anak Sekolah Dasar dan Sederajat," 2021. Hal 495

⁵ Hasil wawancara dengan Ustadzah Umi Khoirunisa pada tanggal 9 Maret 2024

atau tanda dari suatu tekanan atau gejala yang muncul dalam diri santri. Tekanan yang muncul dalam diri santri tentu saja berasal dari tuntutan dan tanggung jawab yang diemban sebagai seorang santri. Keadaan tertekan inilah yang dinamakan dengan stres. Stres sendiri menurut Lazarus dan Folkman dalam Farid Mashudi adalah “Keadaan internal yang dapat diakibatkan oleh tuntutan fisik oleh tubuh maupun kondisi lingkungan dan sosial yang dinilai berpotensi membahayakan individu”.⁶ Charles D. Speilberger dalam Wafid Dzulfikar dkk. juga menyebutkan bahwa “Stres adalah tuntutan-tuntutan eksternal yang mengenai seseorang misalnya objek dalam lingkungan atau sesuatu stimulus yang secara obyektif adalah berbahaya”. Cranwell-Ward dalam Wafid Dzulfikar dkk. sendiri menyebut stres sebagai “Reaksi-reaksi fisiologis dan psikologis yang terjadi jika orang mempersepsi suatu ketidakseimbangan antara tingkat tuntutan yang dibebankan kepadanya dan kemampuannya untuk memenuhi tuntutan itu”.⁷

Dari beberapa penjelasan diatas maka dapat diambil kesimpulan bahwa stres adalah reaksi seseorang baik secara fisiologis maupun psikologis yang terjadi saat seseorang mempersepsi kesenjangan atau ketidakseimbangan antara tuntutan dengan kapasitas kemampuannya. Stres terjadi ketika seseorang mengalami tuntutan yang melampaui kemampuan yang dimilikinya untuk melakukan penyesuaian diri. Dalam konteks santri tahfidz, stres dapat berasal dari berbagai sumber termasuk tekanan untuk menghafal, jadwal yang padat dan juga ekspektasi yang tinggi dari guru maupun orang tua.

Oleh karena itu berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan studi lebih lanjut untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh tingkat stres terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an di kalangan santri di Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung.

⁶ Farid Mashudi, *Psikologi Konseling: Buku Panduan Lengkap dan Praktis Menerapkan Psikologi Konseling*, Cet. 1 (Yogyakarta Ircisod, 2012). Hal 187

⁷ Wafid Dzulfikar dkk., “Peran Bimbingan Konseling Siswa di Era Pandemi,” 2022. Hal 303

B. Rumusan Masalah

1. Seberapa tinggi tingkat stres santri Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung?
2. Seberapa tinggi kemampuan menghafal santri Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung?
3. Bagaimana pengaruh tingkat stres terhadap kemampuan menghafal santri di pondok pesantreen Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat stres santri Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung.
2. Untuk mengetahui kemampuan menghafal santri Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung.
3. Untuk mengetahui pengaruh tingkat stres terhadap kemampuan menghafal santri di pondok pesantreen Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat untuk menambah pengetahuan, bahan bacaan, serta memberikan kontribusi kepada literatur ilmiah dalam bidang psikologi pendidikan dan psikologi pesantren terkait dampak tingkat stres terhadap proses menghafalkan Al-Qur'an.
 - b. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dalam segi keilmuan peneliti dan pembaca khususnya dalam memahami tentang bagaimana faktor psikologis seperti stres dapat mempengaruhi pencapaian dalam konteks pendidikan agama khususnya dalam menghafal Al-Qur'an.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi santri, dengan adanya penelitian ini diharapkan bisa lebih siap dari segi niat, mental, fisik maupun psikis dalam menghafal Al-Qur'an.
- b. Bagi pengasuh dan ustad/ustadzah, dengan adanya penelitian ini diharapkan untuk mengembangkan strategi yang lebih efektif dalam mengelola stres di antara santri dan meningkatkan efisiensi proses penghafalan Al-Qur'an.
- c. Bagi orang tua/wali santri, dengan adanya penelitian ini diharapkan untuk selalu memberikan dukungan, semangat maupun perhatian bagi anaknya yang sedang menjalani proses menghafal Al-Qur'an.
- d. Bagi masyarakat umum, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai *insight*/pandangan bagi yang ingin anaknya menjadi penghafal Al-Qur'an terutama di Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung.

E. Asumsi Penelitian

Penelitian ini dilakukan tentunya dengan menggunakan beberapa asumsi dasar yang dirumuskan oleh peneliti. Peneliti mengajukan asumsi bahwa kemampuan menghafal Al-Qur'an santri dipengaruhi oleh tingkat stres. Semakin tinggi tingkat stress seseorang maka kemampuan menghafalnya juga akan semakin menurun. Begitu pula sebaliknya jika tingkat stress semakin rendah, maka kemampuan menghafalnya juga akan semakin meningkat. Hal inilah yang menarik penulis untuk meneliti judul ini.

F. Ruang Lingkup/Batasan Penelitian

1. Penelitian ini hanya membahas mengenai dua variabel yang menjadi titik perhatian dalam suatu penelitian, yaitu tingkat stres yang menjadi variabel X yang dihubungkan dengan kemampuan menghafal Al-Qur'an yang menjadi variabel Y.

2. Penelitian ini dilakukan pada santri di Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung.

G. Penelitian Terdahulu

1. Penelitian yang dilakukan oleh Zikra Maulana, Arini Safitri dan Rafi'i dengan judul "Tingkat Stres Pada Santri Baru Raudhatul Jannah Palangka Raya" pada tahun 2022.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah dari jumlah sampel sebanyak 25, diperoleh bahwa tingkat stres santri baru dalam kategori tinggi 3 orang (12%), sedang 17 orang (68%) dan rendah 5 orang (20%). Hal ini menunjukkan mayoritas stres santri baru berada pada kategori sedang. Pada santri baru sering melalaikan tugasnya, susah tidur, kurang fokus, merasa cemas, pusing, gelisah, sering melamun dan merasa gugup. Stres bisa disebabkan oleh faktor lingkungan, keluarga, tuntutan akademik dan faktor diri sendiri.⁸

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah sama-sama mengkaji tentang tingkat stres. Perbedaan penelitian ini adalah penelitian ini hanya berfokus mengkaji tingkat stresnya saja, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti tidak hanya membahas tentang tingkat stresnya saja namun juga pengaruhnya terhadap kemampuan menghafal santri. Perbedaan lain adalah penelitian ini dilakukan terhadap santri baru Pondok Pesantren Raudhatul Jannah Palangka Raya, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dilakukan terhadap santri Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Ariga Bahrodin dan Evita Widiyati dengan judul "Tingkat Stres Akademik Siswa Kelas VI pada Pembelajaran Tatap Muka (PTM) Terbatas" pada tahun 2021.

⁸ Maulana, Safitri, dan Pamungkas, "Tingkat Stres pada Santri Baru Raudhatul Jannah Palangka Raya." Hal 211

Kesimpulan dari penelitian ini adalah dari jumlah sampel sebanyak 25 siswa, diantaranya 8% mengalami stres akademik rendah, 80% mengalami stres akademik sedang dan 12% mengalami stres akademik tinggi. Hasil temuan ini dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa kelas VI mengalami tingkat stres akademik dengan kategori sedang saat pembelajaran tatap muka secara terbatas.⁹

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah sama-sama mengkaji tentang tingkat stres. Perbedaan penelitian ini adalah penelitian ini hanya berfokus mengkaji tingkat stresnya saja, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti tidak hanya membahas tentang tingkat stresnya saja namun juga pengaruhnya terhadap kemampuan menghafal santri. Perbedaan lain adalah penelitian ini dilakukan terhadap siswa kelas VI pada pembelajaran tatap muka, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dilakukan terhadap santri Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Ade Chita Putri Harahap, Dinda Permatasari Harahap dan Samsul Rivai Harahap dengan judul “Analisis Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19” pada tahun 2020.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak ada hubungan antara stres akademik dan kualitas hidup. Dari 300 orang mahasiswa yang dijadikan sampel penelitian, terdapat sebanyak 39 mahasiswa (13%) yang memiliki tingkat stres akademik kategori tinggi, sebanyak 225 mahasiswa (75%) memiliki tingkat stres akademik pada kategori

⁹ Ariga Bahrodin dan Evita Widiyati, “Tingkat Stres Akademik Siswa Kelas VI pada Pembelajaran Tatap Muka (PTM) Terbatas,” 2021. Hal 1

sedang, dan sebanyak 36 mahasiswa (12%) memiliki tingkat stres akademik yang berada pada kategori rendah.¹⁰

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah sama-sama mengkaji tentang tingkat stres. Perbedaan penelitian ini adalah penelitian ini mengkaji tentang tingkat stres dan hubungannya dengan kualitas hidup, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti mengkaji tingkat stres dan pengaruhnya terhadap kemampuan menghafal. Perbedaan lain yaitu penelitian ini dilakukan terhadap mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh di masa *covid-19*, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dilakukan terhadap santri Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Agus Baihaqi dan Titik Istiqomah dengan judul “Hubungan Strategi Coping dan Tingkat Stres Terhadap Santri di Pondok Pesantren Darussalam Kabupaten Banyuwangi (Study Kasus di Asrama Syafa’atul Qur’an)” pada tahun 2021.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara strategi coping dan tingkat stres terhadap santri Pondok Pesantren. Berdasarkan hasil analisis statistik dari teknik kolerasi berganda, maka dapat diperoleh nilai (R) sebesar 0,968 dengan taraf signifikan F sebesar $0.000 < 0.005$. Serta t hutung lebih besar dari t table. Hal ini menunjukkan secara bersama-sama hubungan antara strategi coping dan tingkat stres terhadap santri Pondok Pesantren Darussalam. Sehingga hipotesis yang peneliti ajukan diterima. Menunjukkan bahwa strategi coping dan tingkat stres berhubungan signifikan terhadap santri sesuai dengan analisis hasil uji korelasi ganda r yang didapat sebesar 0,963.

¹⁰ Ade Chita Putri Harahap, Dinda Permatasari Harahap, dan Samsul Rivai Harahap, “Analisis Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Covid-19,” 2020. Hal 1

Sedangkan hasil uji determinan F *change* $< 0,05$ sebesar $0,968 < 0,005$ yang artinya variabel dependen (strategi coping dan tingkat stress) berhubungan terhadap variabel independen (santri). Dari analisis tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa menerima H_a dan menolak H_0 , yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara strategi coping dan tingkat stress terhadap santri di Pondok Pesantren Darussalam, Blokagung, Desa Karangdoro, Kecamatan Tegalsari, Kabupaten Banyuwangi studi kasus asrama Syafa'atul Qur'an.¹¹

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah sama-sama mengkaji tentang tingkat stres terhadap santri di Pondok Pesantren. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah penelitian ini mengkaji tentang tingkat stres dan juga copingnya, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti mengkaji tingkat stres dan pengaruhnya terhadap kemampuan menghafal. Selain itu, perbedaan lain terletak pada lokasi penelitian yakni penelitian ini dilakukan pada santri di Pondok Pesantren Darussalam, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dilakukan di Pondok Pesantren Hamalatul Qur'an Putri 2 Ringinagung.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Inka Putri Badriani dengan judul "Hubungan Tingkat Stres dalam Menghafal Kitab Alfiyah Ibnu Malik dengan Siklus Menstruasi pada Santri Madrasah Aliyah Al-Iman Bulus Purworejo" pada tahun 2022.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara tingkat stress dengan siklus menstruasi pada santri MA Al-Iman Bulus Purworejo dengan hasil uji *Chi Square* didapatkan hasil *pvalue* menunjukkan nilai 0.000 atau < 0.05 yang berarti terdapat hubungan

¹¹ Agus Baihaqi dan Titik Istiqomah, "Hubungan Strategi Coping dan Tingkat Stres Terhadap Santri di Pondok Pesantren Darussalam Kabupaten Banyuwangi," 2021. Hal 1

yang signifikan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada santri MA Al-Iman Bulus Purworejo.¹²

Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah sama-sama membahas tentang tingkat stres dan sama-sama mengambil subjek santri di Pondok Pesantren. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah penelitian ini mengkaji tentang hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti mengkaji pengaruh tingkat stres terhadap kemampuan menghafal. Selain itu perbedaan lain adalah penelitian ini dilakukan di MA Al-Iman Bulus Purworejo, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dilakukan di Pondok Pesantren Hamalatul Qur'an Putri 2 Ringinagung.

H. Definisi Operasional

1. Tingkat Stres

Tingkat stres adalah istilah yang digunakan untuk menjelaskan bagaimana kondisi stres seseorang. Menurut Charles D. Spielberger dalam Wafid Dzulfikar dkk. "Stres adalah tuntutan-tuntutan eksternal yang mengenai seseorang misalnya objek dalam lingkungan atau sesuatu stimulus yang secara obyektif adalah berbahaya".¹³

Stres sendiri bisa terjadi karena masuknya *stressor* ke dalam tubuh. Tingkat stres bisa diklasifikasikan berdasarkan jumlah, durasi maupun intensitas *stressor* yang masuk. Tingkat stres yang dimaksud peneliti dalam penelitian ini terbagi menjadi 3 tingkatan yaitu stres ringan, stres sedang dan stres berat.

¹² Inka Putri Badriani, "Hubungan Tingkat Stres dalam Menghafal Kitab Alfiyah Ibnu Malik dengan Siklus Menstruasi pada Santri Madrasah Aliyah Al-Iman Bulus Purworejo," 2022. Hal 1

¹³ Dzulfikar dkk., "Peran Bimbingan Konseling Siswa di Era Pandemi." Hal 303

2. Kemampuan Menghafal

Kemampuan menghafal adalah kemampuan seseorang dalam mengingat dan menyimpan informasi ke dalam memori. Kemampuan menghafal sendiri dipengaruhi oleh 2 aspek yakni aspek psikologis dan konsistensi.

Dalam penelitian ini, kemampuan menghafal yang dimaksud peneliti adalah kemampuan seorang santri dalam menghafalkan ayat Al-Qur'an yang dapat dikategorikan menjadi 3 yakni bagus, cukup dan kurang. Jika aspek psikologis dan konsistensi santri bagus maka bisa dikatakan santri memiliki kemampuan menghafal yang bagus, begitu pula sebaliknya jika aspek psikologis dan konsistensi santri kurang maka bisa dikatakan santri memiliki kemampuan menghafal yang kurang pula.