

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan tertua yang berbasis islam di Indonesia.¹ Pondok pesantren sebagai lembaga pendidikan berbasis islam memegang kunci pembentukan karakter serta kepribadian setiap santri. Pondok pesantren dikenal sebagai institusi pendidikan yang memberikan pembelajaran tentang tanggung jawab, disiplin, kemandirian, kepedulian terhadap lingkungan, dan nilai-nilai sosial kepada individu. Pengajaran yang ada di dalam pesantren mencakup semua kemampuan kognitif, afektif, serta psikomotorik.² Dalam pondok pesantren, semua santri tidak hanya diajarkan mengenai aspek keagamaan, tetapi juga diberi penekanan pada pengembangan moralitas dan etika Islam sebagai pedoman dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Pondok pesantren bukan hanya tempat belajar, tetapi juga lingkungan di mana nilai-nilai keagamaan dan etika ditanamkan dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam pelajaran formal maupun non formal.³ Lingkungan pesantren yang baik sangat berpengaruh terhadap kepribadian santri, terlebih lagi santri dalam menjalankan kegiatan sehari-harinya banyak menghabiskan waktu di dalam pesantren dan bertemu banyak individu lain yang dapat mempengaruhi kepribadiannya.⁴

¹ Riskal Fitri dan Syarifuddin Ondeng, "Pesantren Di Indonesia: Lembaga Pembentukan Karakter," *Al Urwatul Wutsqa* 2, no. 1 (2022): 3.

² Tika Tika, Ifnaldi Nural, dan Wandi Syahindra, "Eksistensi Pesantres Arrahmah Curup, Bengkulu: Antara Kemunduran dan Kurangnya Sikap Disiplin Santri," *Al-Mau'izhoh* 2, no. 1 (2020): 56, <https://doi.org/10.31949/am.v2i1.2226>.

³ Hadi Purnomo, *Manajemen Pendidikan Pondok Pesantren* (Yogyakarta: Bildung Pusaka Utama, 2017), 23.

⁴ Intan Inti Sari dan Eko Oktapiya Hadinata, "Hubungan Antara Kesadaran Diri dengan Disiplin

Meskipun pesantren dikenal sebagai lembaga pendidikan dalam pembentukan karakter santri, hal ini tidak menutup kemungkinan bahwa terdapat permasalahan-permasalahan yang terjadi di dalam kehidupan pondok pesantren. Adapun permasalahan tersebut seperti mengenai pertengkaran, konflik antar sesama santri, konflik antar santri dengan pengurus, maupun konflik dengan sesama pengurus. Permasalahan-permasalahan tersebut sering kali muncul di dalam pondok pesantren dengan adanya berbagai faktor dan dapat berdampak pada kestabilan emosi santri maupun pengurus. Berbagai upaya dilakukan untuk mengoptimalkan kedisiplinan santri termasuk menciptakan kebijakan tertentu yang berbentuk dalam aturan pondok pesantren guna ditaati oleh para santri.⁵ Adapun fenomena ini terjadi pada beberapa pondok pesantren dengan banyak faktor seperti halnya mengenai perbedaan usia, banyak santri yang menginjak masa peralihan dan mencari hal baru dalam kehidupannya.⁶ Dalam hal ini regulasi emosi sangat dibutuhkan untuk mengatasi serta menekan permasalahan tersebut.⁷ Keberadaan regulasi emosi merupakan modal dasar yang harus dikuasai oleh santri maupun pengurus pondok pesantren guna dijadikan pemahaman terhadap diri sendiri, evaluasi, serta pengenalan yang lebih mendalam mengenai diri sendiri.⁸

Regulasi emosi sendiri merupakan bentuk kontrol yang dilakukan

Pada Santri Madrasah Tsanawiyah di Pondok Pesantren Ar-Rahman Palembang,” *Prosiding The 5th National Conference of Genuine Psychology (NCGP)* 2, 2022, 750.

⁵ Deci Nansi dan Fajar Tri Utami, “Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Perilaku Disiplin Santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Qodratullah Langkan,” *Psikis: Jurnal Psikologi Islami* 2, no. 1 (2017): 2549, <https://doi.org/10.19109/psikis.v2i1.1054>.

⁶ Nansi dan Utami, 25550.

⁷ Vena Zulinda Ningrum dan Totok Rochana, “Perilaku Sosial Santri di Pondok Pesantren Tarbiyatul Muballighin Desa Reksosari Kecamatan Suruh Kabupaten Semarang,” *SOLIDARITY* 8, no. 2 (2019): 753.

⁸ Muhammad Nihwan dkk., “Penyadaran Diri dalam Upaya Pembentukan Karakter Santri Rayon K.H Ahmad Basyir As PP Annuqayah Latee,” *TA’LIM: Jurnal Studi Pendidikan Islam* 5, no. 1 (2022): 68, <https://doi.org/10.52166/talim.v5i1.2874>.

seseorang terhadap emosi yang dimiliki dan dapat mempengaruhi perilaku serta pengalaman seseorang. Adapun seseorang yang mampu menerapkan regulasi emosi dengan baik akan mampu untuk meningkatkan kemampuan untuk mengontrol emosi menjadi stabil.⁹ Regulasi emosi memiliki cakupan yang cukup luas pada beberapa aspek. Secara sosial, regulasi emosi diartikan dengan cara mencari akses ke hubungan interpersonal dan sumber didukung dengan sifat yang nyata. Secara tingkah laku, regulasi emosi dilakukan melalui berbagai macam respon tingkah laku juga berguna untuk mengatur proses kognitif yang tidak disadari oleh individu.¹⁰

Regulasi emosi dipengaruhi oleh usia seseorang. Kemampuan dalam meregulasi emosi yang dimiliki oleh seseorang sudah ada sejak bayi hingga dewasa dan kemampuan ini terus berkembang bersamaan dengan pengalaman emosi yang terjadi dalam kehidupan seseorang.¹¹ Kemampuan dalam regulasi emosi sangat penting terlebih untuk terlibat dengan lingkungan sosial, regulasi emosi dapat digunakan untuk proses pengalaman emosi positif maupun negatif.¹² Regulasi emosi adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan emosi untuk mencapai tujuan tertentu yang melibatkan mengenai penilaian terhadap orang lain, respon fisiologis, koneksi kognisi terhadap emosi, dan respon yang tepat terhadap emosi.¹³ Regulasi emosi merupakan sekumpulan proses dimana individu menilai, memproses, mengatasi, mengelola, dan

⁹ Nansi dan Utami, "Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Perilaku Disiplin Santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Qodratullah Langkan," 2550.

¹⁰ Sri Dewi, "Strategi Regulasi Emosi dalam Menangani Masalah pada Kepengurus Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade'-Malebbi IAIN Parepare" (Skripsi, IAIN Parepare, 2021), 2.

¹¹ Ibid.

¹² Aisyah Miraharsari dan Alfi Nadlifatul Hilmiyah, "Gambaran Regulasi Emosi Pada Anak Dengan Gangguan Emosi Dan Perilaku (Tunalaras)," *Jurnal Judhiku* 2, no. 2 (2023): 9.

¹³ Ferdi Fauzi dkk., "Gambaran Regulasi Emosi pada Mahasiswa dengan Banyak Peran," *Jurnal Riset Psikologi* 7, no. 1 (2024): 20, <https://doi.org/10.24036/jrp.v7i1.15697>.

mengekspresikan mengenai emosi yang dialami.¹⁴ Regulasi emosi mencakup mengenai pembentukan, kepemilikan, dan ekspresi dari emosi seseorang yang berfokus mengenai bagaimana individu mengatur emosi.¹⁵ Thompson mengungkapkan definisi regulasi emosi dalam buku yang ditulis oleh Gross yakni regulasi emosi adalah serangkaian proses dimana emosi diatur sesuai dengan tujuan individu baik dengan cara otomatis atau dikontrol, disadari atau tidak disadari, dan melibatkan banyak komponen yang terus bekerja sepanjang waktu.¹⁶ Regulasi emosi mengacu pada perubahan yang terkait dengan emosi yang diaktifkan.¹⁷ Gross menyatakan bahwa regulasi emosi sebagai suatu proses individu dalam mempengaruhi emosi yang dimiliki serta waktu untuk merasakan dan bagaimana individu mengalami serta mengekspresikan emosi tersebut. Proses tersebut meliputi menurunkan serta meningkatkan emosi yang positif maupun negatif.¹⁸

Gross mengatakan terdapat empat aspek regulasi emosi yaitu: *strategies to emotional regulation* (strategi regulasi emosi), *acceptance of emotional regulation* (penerimaan emosi), *engaging in goal directed behavior* (pengaruh tujuan dalam perilaku), *control emotional responses* (kontrol respon emosi).¹⁹ Individu yang memiliki kemampuan meregulasi emosi dengan baik dapat mengendalikan diri sendiri apabila dalam keadaan kesal dan dapat mengatasi

¹⁴ Yunissa Meganingtyas dan Dian Mufitasari, "Regulasi Emosi dan Penyesuaian Mahasiswa Baru Saat Pandemi: Pentingkah Dukungan Emosional Orang Tua?," *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)* 8, no. 2 (28 Oktober 2022): 181, <https://doi.org/10.22146/gamajop.70630>.

¹⁵ Fauzi dkk., "Gambaran Regulasi Emosi pada Mahasiswa dengan Banyak Peran," 20.

¹⁶ J. J. Gross, *Handbook of Emotion Regulation* (New York: The Guilford Press, 2007), 251.

¹⁷ Pamela M. Cole, Sarah E. Martin, dan Tracy A. Dennis, "Emotion Regulation as a Scientific Construct: Methodological Challenges and Directions for Child Development Research," *Child Development* 75, no. 2 (2004): 318, <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00673.x>.

¹⁸ J. J. Gross, "The Emerging Field of Emotional Regulation: An Integrative," *Review of General Psychology* 2, no. 3 (1998): 271–99.

¹⁹ J. J. Gross, *Handbook of Emotion Regulation*, 8.

rasa cemas, sedih, atau marah sehingga mempercepat dalam suatu pemecahan masalah.²⁰ Hal ini dapat dilihat bahwa ketika individu mampu menerapkan regulasi emosi dengan baik maka dapat bekerja sama, menolong, berdamai, berbagi, dan sebagainya dikarenakan pengelolaan emosi yang tepat akan memunculkan perilaku secara rasional dan sadar.²¹

Penelitian ini melibatkan pengurus yang tinggal di dalam pondok pesantren Avissina yang mana pengurus tersebut sedang bertugas untuk mengoptimalkan berbagai keadaan serta kegiatan santri dimana santri tersebut sedang berada dalam masa menginjak usia yang bisa dikatakan senang dalam mencari hal baru, mengenal diri sendiri lebih mendalam mengenai pengalaman apa yang ada di dalam kehidupannya. Selanjutnya, adanya alasan yang kuat mengenai pengambilan subjek pengurus pondok pesantren dalam penelitian ini yakni lingkungan pesantren menciptakan landasan agama serta budaya khas yang dapat berpengaruh besar dalam identitas serta pengendalian emosi pengurus. Dalam hal ini, penelitian mengenai regulasi emosi yang melibatkan pengurus dapat memberikan wawasan lebih mendalam mengenai regulasi emosi pada pengurus pondok pesantren.

Pengurus pondok merupakan sekelompok organisasi kecil yang diberikan amanah serta tanggung jawab untuk membantu melaksanakan serta menertibkan seluruh kegiatan pondok pesantren. Pada dasarnya pengurus yang tinggal di dalam pondok pesantren juga termasuk santri yang ditunjuk oleh pengasuh pondok pesantren untuk membantu mengawasi santri. Pengurus

²⁰ Rusmaladewi Rusmaladewi dkk., "Regulasi Emosi pada Mahasiswa Selama Proses Pembelajaran Daring di Program Studi PG-PAUD FKIP UPR," *Jurnal Pintar Harati* 16, no. 2 (t.t.): 43.

²¹ Aisyah Miraharsari dan Alfi Nadlifatul Hilmiyah, "Gambaran Regulasi Emosi Pada Anak Dengan Gangguan Emosi Dan Perilaku (Tunalaras)," 9.

sendiri juga dilatih mengenai banyak hal seperti hidup mandiri dengan kemampuan masing-masing individu, dilatih hidup sederhana dengan fasilitas pesantren yang apa adanya.²² Masrur mengatakan bahwa contoh nilai-nilai yang memiliki peran penting dalam pembentukan karakter santri di pondok pesantren adalah nilai-nilai yang dikenal dengan “panca jiwa” yang menjadi landasan penggerak seluruh aktivitas meliputi: kemandirian, keikhlasan, kesederhanaan, persaudaraan, serta kebebasan dalam menentukan kehidupan dari masing-masing individu. Meskipun demikian, tidak seluruh pesantren menganut nilai-nilai dalam pembentukan karakter tersebut. Hal yang paling penting dalam pembentukan karakter pengurus pondok pesantren yang termasuk juga dengan kategori santri yakni dilihat dari masing-masing kesadaran individu.²³

Penelitian mengenai regulasi emosi sebelumnya telah dilakukan oleh Sri Dewi dengan judul penelitian yakni strategi regulasi emosi dalam menangani masalah pada kepengurusan organisasi gerakan pramuka racana makkiade-malebbi IAIN Parepare pada tahun 2021. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa adanya masalah yang muncul dalam organisasi Racana Makkiade malebbi yang menyebabkan konflik emosi yakni mengenai perbedaan pendapat, kurangnya keaktifan anggota, terkendala izin dari orang tua, tidak menaati peraturan organisasi dan kurang sikap kepedulian antar anggota.²⁴

²² Qorina Maulida Hilma, “Peran Pengurus Pondok Pesantren untuk Meningkatkan Semangat Belajar Santri di Pondok Pesantren Al Amin Kediri” (Skripsi, IAIN Kediri, 2020), 16.

²³ Mohammad Masrur, “Figur Kyai dan Pendidikan Karakter di Pondok Pesantren,” *Jurnal Ilmiah Pendidikan* 1, no. 2 (2017): 277.

²⁴ Dewi, “Strategi Regulasi Emosi dalam Menangani Masalah pada Kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade’-Malebbi IAIN Parepare.”

Berdasarkan dengan kegiatan studi pendahuluan yang telah dilaksanakan sebelumnya di pondok pesantren Avissina terdapat adanya santri yang tidak mematuhi tat tertib pondok yang telah ditetapkan dan banyak hal yang terjadi seperti para santri melanggar peraturan dengan terang-terangan, merasa bahwa perbuatan yang dilakukan itu benar dan tidak mau disalahkan, pintar membuat alasan serta melindungi diri sendiri pada saat ketahuan melanggar tata tertib oleh pengurus sehingga terjadi adanya konflik seperti pertengkaran, saling memaki, dan lain sebagainya. Dari hasil wawancara dari ketua pondok pesantren Avissina mengungkapkan bahwa tidak adanya ustadzah yang membantu mengurus pondok pesantren putri yang mengakibatkan santri tidak mempunyai pihak yang ditakuti di dalam pesantren.²⁵

Penelitian yang akan dilakukan bisa dikatakan unik karena terdapat perbedaan usia antara pengurus dan santri yakni usia pengurus lebih mudah dibandingkan dengan usia santri dan dalam hal ini juga terdapat perbedaan mengenai pendidikan yakni pengurus merupakan siswa dan santri merupakan mahasiswa. Dengan mempertimbangkan penjelasan yang telah disampaikan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian kepada santri pondok pesantren Avissina dan mengambil judul *“Strategi Regulasi Emosi dalam Menangani Masalah pada Pengurus Pondok Pesantren Avissina”*

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan konteks penelitian yang telah dijelaskan di atas, peneliti dapat menetapkan fokus penelitian yang akan dibahas. Berikut adalah fokus

²⁵ Wawancara dengan IA selaku ketua pondok pesantren Avissina pada tanggal 4 Agustus 2024

penelitian yang diajukan oleh peneliti terkait dengan penelitian diatas:

1. Bagaimana kondisi regulasi emosi pengurus pondok pesantren Avissina?
2. Faktor apa saja yang dapat mempengaruhi regulasi emosi pengurus pondok pesantren Avissina?
3. Bagaimana strategi regulasi emosi pengurus pondok pesantren avissina dalam menangani masalah?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan mengenai fokus dari masalah diatas, maka tujuan dari penelitian yakni sebagai berikut:

1. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kondisi regulasi emosi pengurus pondok pesantren Avissina
2. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor apa saja yang mempengaruhi regulasi emosi pengurus pondok pesantren Avissina
3. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana strategi regulasi emosi pengurus pondok pesantren Avissina dalam menangani masalah

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya, manfaat dari penelitian ini diharapkan akan mencakup hasil yang diinginkan dan memberikan manfaat baik bermanfaat secara teoritis maupun bermanfaat secara praktis. Berikut ini merupakan manfaat penelitian mengenai masalah penelitian:

1. Manfaat teoritis

Hasil dalam penelitian ini diharapkan memberikan informasi baik informasi yang bisa dijadikan acuan serta referensi untuk melengkapi

penelitian selanjutnya mengenai strategi regulasi emosi pengurus pondok pesantren dalam menangani masalah dan juga penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat serta dapat menambah wawasan pengetahuan.

2. Manfaat praktis

a. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk memperoleh baik itu pemahaman, pengalaman, serta pembelajaran yang lebih mendalam serta mencakup mengenai strategi regulasi emosi pada pengurus pondok pesantren serta penelitian ini bisa dijadikan untuk bahan evaluasi serta pertimbangan untuk referensi penelitian selanjutnya.

b. Bagi pengurus pondok pesantren

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pengurus pondok pesantren yang sedang menjalani kehidupan di dalam pondok pesantren, serta menjadi sumber pembelajaran mengenai strategi regulasi emosi di dalam lingkungan pondok pesantren.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa menjadi sumber informasi dan referensi yang berguna untuk melengkapi penelitian selanjutnya. Selain itu, diharapkan penelitian ini juga dapat memberikan pengaruh berupa pemikiran dan pertimbangan yang mendalam, sehingga dapat membantu pengembangan lebih lanjut mengenai strategi regulasi emosi pengurus di pondok pesantren.

d. Bagi lembaga

Hasil dari penelitian ini diharapkan memberikan manfaat oleh

suatu lembaga dan dapat digunakan lembaga sebagai sumber informasi serta sumber wawasan mengenai strategi regulasi emosi pengurus pondok pesantren serta diharapkan memberikan manfaat sebagai referensi untuk penelitian lanjutan mengenai strategi regulasi emosi pengurus pondok pesantren dalam menangani masalah.

E. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu sangat diperlukan dalam melakukan penelitian karena merupakan hal yang penting dalam sebuah penelitian. Penelitian terdahulu bertujuan untuk menjelaskan judul dan isi dari penelitian yang telah dilakukan, serta untuk menemukan perbandingan antara penelitian sebelumnya dengan penelitian yang sedang dilakukan oleh peneliti saat ini.

1. Jurnal: Penelitian terdahulu yang pertama berjudul “peranan regulasi emosi terhadap *subjective well being* pada santri sidoarjo” yang ditulis oleh Lely Ika Mariyati, Ramon Ananda Partontari, Mahesniting Kaluni Indah Kusuma pada tahun 2023. Penelitian ini berisi mengenai fenomena yang terjadi pada pondok pesantren yang ada di Sidoarjo yang memiliki permasalahan dengan *subjective well being* pada aspek afeksi yaitu emosi yang negatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh regulasi emosi pada variabel X terhadap *subjective well being* sebagai variabel Y pada santri pondok pesantren di Sidoarjo. Metode yang diterapkan pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan subjek penelitian berjumlah 123 santri yang berusia 13 sampai dengan 15 tahun atau setara dengan usia siswa sekolah menengah pertama . pengambilan data menggunakan model skala Likert pada variabel regulasi emosi memiliki validitas yang bergerak

dari 0,301 hingga 0,571 dengan nilai reliabilitas Alpha 0,799 dan variabel *subjective well being* memiliki nilai validitas bergerak dari 0,307 hingga 0,644 dengan nilai reliabilitas Alpha 0,856. Adapun hasil dari penelitian ini terdapat hubungan yang positif antara variabel regulasi emosi dengan *subjective well being* santri pondok pesantren di Sidoarjo.²⁶ Persamaan dari penelitian di atas dengan penelitian yang hendak dilakukan oleh peneliti yakni sama-sama meneliti mengenai regulasi emosi. Adapun perbedaan dalam penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yang pertama yakni terletak pada fenomena. Penelitian di atas mengangkat fenomena mengenai peran regulasi emosi terhadap *subjective well being* pada santri sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti mengangkat fenomena mengenai strategi regulasi emosi dalam menangani masalah pada pengurus pondok pesantren. Perbedaan yang kedua yakni pada metodologi penelitian. Penelitian di atas menggunakan metode penelitian kuantitatif sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif. Perbedaan yang terakhir yakni terletak pada lokasi penelitian yang digunakan. Penelitian di atas berlokasi di pondok pesantren yang berada di Sidoarjo sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti berlokasi di pondok pesantren Avissina yang berada di kota Kediri.

2. Jurnal: Penelitian terdahulu yang kedua berjudul “gambaran regulasi emosi pada santri baru di pondok pesantren mamba’ul ushulil hikmah kembaran

²⁶ Lely Ika Mariyati, Ramon Ananda Partontari, dan Mahestining Kaluni Indah Kusuma, “Peranan Regulasi Emosi Terhadap Subjective Well Being pada Santri di Sidoarjo,” *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)* 3, no. 1 (2023): 100–110, <https://doi.org/10.25299/jicop.v3i1s.12349>.

banyumas” yang ditulis oleh Reggi Dwi Indrawan, Ririn Isma Sundari, dan Ita Apriliyani pada tahun 2024. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran regulasi emosi pada santri baru di Pondok pesantren Mamba’ul ushulil hikmah. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yakni menggunakan metode penelitian kuantitatif dan pendekatan yang digunakan yakni cross sectional. Adapun subjek yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 54 santri dengan menggunakan teknik pengambilan data total sampling. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yang hasilnya diolah dengan uji univariate. Hasil dari penelitian ini menunjukkan regulasi emosi pada santri baru di pondok pesantren Mamba’ulil ushulil hikmah sebagian besar masuk kedalam regulasi emosi baik yang menunjukkan angka 64,8%.²⁷

Persamaan dari penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yakni sama-sama meneliti mengenai regulasi emosi. Adapun perbedaan dari penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yang pertama yakni terletak pada fenomena, Penelitian di atas mengangkat fenomena mengenai gambaran regulasi emosi pada santri baru sedangkan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti mengangkat fenomena mengenai strategi regulasi emosi dalam menangani masalah pada pengurus pondok pesantren. Perbedaan yang kedua terletak pada metode penelitian yang digunakan. Penelitian di atas menggunakan metode penelitian kuantitatif sedangkan penelitian yang akan diteliti oleh

²⁷ Reggi Dwi Indrawan, Ririn Isma Sundari, dan Ita Apriliyani, “Gambaran Regulasi Emosi Pada Santri Baru Di Pondok Pesantren Mamba’ul Ushulil Hikmah Kembaran Banyumas,” *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan dan Kebidanan* 2, no. 1 (2024): 69–77, <https://doi.org/10.61132/corona.v2i1.159>.

peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif. perbedaan yang terakhir yakni lokasi penelitian. Penelitian di atas berlokasi di pondok pesantren Mamba'ul Ushulil Hikmah yang terletak di Banyumas sedangkan lokasi penelitian yang akan diteliti oleh peneliti berlokasi di pondok pesantren Avissina yang terletak di kota Kediri.

3. Jurnal: Penelitian terdahulu yang ketiga berjudul “regulasi emosi *mahasiswa broken home*” yang ditulis oleh Rizki Ananda Syafitri, Mutiara Aulia, Wina Mariana, dan Dian Reka Bayu pada tahun 2023. Penelitian ini bertujuan untuk melihat kualitas regulasi emosi yang dimiliki oleh mahasiswa yang mengalami *broken home* untuk dilihat dari sisi kemampuan dalam mengatur emosinya. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yakni menggunakan metode penelitian kualitatif dengan subjek yang berjumlah 2 orang mahasiswa *broken home*. Adapun hasil yang didapatkan pada penelitian ini yakni bahwa tidak semua mahasiswa *broken home* dapat meregulasi emosinya dengan baik. Mahasiswa pada dasarnya sudah memasuki masa dewasa awal yang seharusnya sudah mampu dalam mengelola regulasi emosi, namun kemampuan ini tergantung kepada individu yang mengalami hal tersebut.²⁸

Persamaan penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yakni sama-sama meneliti mengenai regulasi emosi. Persamaan yang kedua yakni sama-sama menggunakan metode penelitian kualitatif. adapun perbedaan penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yang pertama yakni terletak pada fenomena. Penelitian di atas

²⁸ Rizki Ananda Syafitri dkk., “Regulasi Emosi Mahasiswa Broken Home,” *Ristekdik: Jurnal Bimbingan* 8, no. 1 (2023): 129–39.

mengangkat fenomena mengenai regulasi emosi mahasiswa *broken home* sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti mengangkat fenomena mengenai strategi regulasi emosi dalam menangani masalah pada pengurus pondok pesantren. Perbedaan yang kedua yakni lokasi penelitian. Penelitian di atas berlokasi di universitas sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti berlokasi di pondok pesantren Avissina yang terletak di kota Kediri. Perbedaan yang terakhir terletak pada subjek penelitian yang digunakan. Penelitian di atas melibatkan mahasiswa sebagai subjek sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti melibatkan pengurus yang merupakan bagian dari santri pondok pesantren.

4. Skripsi: Penelitian terdahulu yang ketujuh berjudul “strategi regulasi emosi dalam menangani masalah pada kepengurusan organisasi gerakan pramuka racana *makkiade malebbi* IAIN Parepare” yang ditulis oleh Sri Dewi pada tahun 2021. Adapun penelitian ini bertujuan untuk mengetahui permasalahan yang dihadapi oleh pengurus organisasi gerakan pramuka serta strategi regulasi emosi pengurus organisasi ketika menghadapi masalah yang ada di organisasi.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi. Adapun subjek yang digunakan dalam penelitian ini yakni pengurus inti organisasi pramuka racana *makkiade malabi* di kampus IAIN Parepare. Hasil penelitian ini ditemukan bahwa masalah yang muncul dalam organisasi tersebut yang menyebabkan konflik emosi adalah perbedaan pendapat, kurangnya keaktifan

anggota, terkendala izin orang tua dan kurangnya kepedulian antar anggota.²⁹

Persamaan penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yakni sama-sama meneliti mengenai regulasi emosi. Persamaan kedua yakni sama-sama menggunakan metode penelitian kualitatif. selanjutnya persamaan ketiga yakni sama-sama meneliti mengenai fenomena strategi regulasi emosi dalam menangani masalah pada pengurus. Adapun perbedaan dari penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yang pertama yakni terletak pada lokasi penelitian. Penelitian di atas berlokasi di kampus IAIN Parepare sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti berlokasi di pondok pesantren Avissina yang berada di kota Kediri. Adapun perbedaan kedua yakni subjek penelitian yang digunakan. Penelitian di atas melibatkan pengurus organisasi gerakan pramuka sedangkan subjek dalam penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti melibatkan pengurus pondok pesantren.

5. Jurnal: Penelitian terdahulu yang kedelapan berjudul “ *the role of emotional on early child school adjustment autocomes* (peran regulasi emosional terhadap hasil penyesuaian sekolah anak usia dini)” yang ditulis oleh Harry Adynski, Cathi Propper, Linda Beeber, John H Gilmore, dan Baimbing Zou pada tahun 2024. Penelitian ini melibatkan regulasi emosi dengan pengelolaan mengenai perhatian, pengaruh, dan perilaku anak. Adapun tujuan dilakukan penelitian ini yakni untuk mengeksplorasi bagaimana orang tua dan guru melaporkan perilaku regulasi emosi terkait dengan hasil penyesuaian sekolah yang meliputi keterampilan sosial, kinerja akademik,

²⁹ Dewi, “Strategi Regulasi Emosi dalam Menangani Masalah pada Kepengurus Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade’-Malebbi IAIN Parepare.”

serta prestasi akademik. Hasil dari penelitian ini mengungkapkan bahwa laporan dari orang tua dan guru mengenai perilaku regulasi emosi menunjukkan kesesuaian yang beragam. Terdapat adanya hubungan antara regulasi emosi dan hasil dari penyesuaian sekolah termasuk melibatkan aspek mengenai keterampilan sosial, kinerja akademik, dan prestasi akademik.³⁰

Persamaan penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yakni sama-sama meneliti mengenai regulasi emosi. Adapun perbedaan penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yang pertama yakni terletak pada fenomena. Penelitian di atas mengangkat fenomena mengenai peran regulasi emosi terhadap hasil penyesuaian sekolah anak usia dini sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti mengangkat fenomena mengenai strategi regulasi emosi pada pengurus pondok pesantren dalam menghadapi masalah. Adapun perbedaan yang kedua terletak pada metode penelitian yang digunakan. Penelitian di atas menggunakan metode penelitian kuantitatif sedangkan metode penelitian yang akan digunakan oleh peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif. perbedaan ketiga terletak pada subjek yang digunakan. Dalam penelitian di atas, subjek yang terlibat yakni seluruh keluarga yang berada dalam kota yang berukuran sedang di North Carolina sedangkan subjek yang terlibat dalam penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yakni santri yang berada di dalam pondok pesantren Avissina. Perbedaan terakhir yakni terletak pada lokasi penelitian yang digunakan. Penelitian di atas berlokasi di Durham North Carolina yang

³⁰ Harry Adynski dkk., "The Role of Emotional Regulation on Early Child School Adjustment Outcomes," *Archives of Psychiatric Nursing* 51 (2024): 201–11, <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2024.07.003>.

berada di Amerika Serikat bagian tenggara sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti berlokasi di pondok pesantren Avissina yang terletak di kota Kediri.

F. Definisi Istilah

1. Regulasi emosi

Regulasi emosi adalah bentuk kontrol yang dilakukan seseorang terhadap emosi yang dimiliki. Regulasi emosi dapat mempengaruhi perilaku serta pengalaman dari seseorang. Adapun regulasi emosi berasal dari sumber sosial yang merupakan bagian dari minat terhadap orang lain serta dari interaksi sosial.³¹

2. Pengurus pondok pesantren

pengurus pondok adalah sekelompok organisasi kecil yang diberikan amanah dan tanggung jawab oleh pengasuh untuk membantu melaksanakan dan merealisasikan seluruh kegiatan yang ada di dalam pondok pesantren. Pengurus memiliki tanggung jawab untuk mengontrol kegiatan seluruh santri agar semangat santri tetap terjaga. Pengurus pondok dipilih berdasarkan sistem pemilihan dan sudah atas persetujuan pengasuh pondok pesantren dan para santri.³²

3. Pondok pesantren

Pondok pesantren merupakan institusi pendidikan tradisional berbasis Islam yang berperan sebagai tempat tinggal bagi santri untuk belajar memahami, menghayati, dan mengamalkan ajaran Islam secara mendalam.

³¹ Nansi dan Utami, "Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Perilaku Disiplin Santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Qodratullah Langkan," 2551.

³² Qorina Maulida Hilma, "Peran Pengurus Pondok Pesantren untuk Meningkatkan Semangat Belajar Santri di Pondok Pesantren Al Amin Kediri," 16–17.

Dalam pondok pesantren, semua santri tidak hanya diajarkan mengenai aspek keagamaan, tetapi juga diberi penekanan pada pengembangan moralitas dan etika Islam sebagai pedoman dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Pondok pesantren bukan hanya tempat belajar, tetapi juga lingkungan di mana nilai-nilai keagamaan dan etika ditanamkan dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam pelajaran formal maupun non formal.³³

³³ Purnomo, *Manajemen Pendidikan Pondok Pesantren*, 23.