

**STRATEGI COPING STRESS**  
**SANTRI PONDOK PESANTREN MUROTILIL QUR'AN**  
**BERDASARKAN TIPE KEPERIBADIAN**

SKRIPSI

Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna  
memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)



Oleh:

**DEWI MASRUOH**

NIM: 9334.167.15

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**  
**FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI**

2021

## Halaman Persetujuan

Halaman Persetujuan

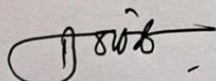
KECENDERUNGAN STRATEGI *COPING STRESS* SANTRI  
PONDOK PESANTREN MUROTITIL QUR'AN  
BERDASARKAN TIPE KEPERIBADIAN

DEWI MASRUOH

NIM. 9.334.167.15

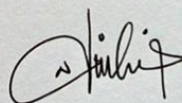
Disetujui oleh:

Pembimbing I



Dr. Moh Asror Yusuf, M.Ag  
NIP. 19750613 200312 1 004

Pembimbing II



Novi Wahyu Winastuti, M.Psi, Psikolog  
NIP.19831113 201903 2 004

## NOTA DINAS

### NOTA DINAS

Kediri, 14 Juni 2021

Lampiran : 4 (empat) berkas  
Hal : Bimbingan Skripsi  
Kepada  
Yth. Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Institut Islam Negri (IAIN) Kediri  
Di  
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo Kediri

Assalamualaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : DEWI MASRUOH

NIM : 9334.167.15

Judul : STRATEGI *COPING STRESS* SANTRI PONDOK PESANTREN MUROTTILIL QUR'AN BERDASARKAN TIPE KEPERIBADIAN

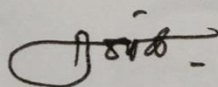
Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).

Bersama ini terlampir satu berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan banyak terima kasih.

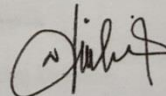
Wassalamualaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Dr. H. MOH. ASROR YUSUF, M.Ag  
NIP. 19750613 200312 1 004

Pembimbing II



Novi Wahyu Winastuti, M.Psi., Psikolog  
NIP. 19831113 201903 2 004

HALAMAN PENGESAHAN

STRATEGI COPING STRESS SANTRI PONDOK PESANTREN  
MUROTILIL QUR'AN BERDASARKAN TIPE KEPERIBADIAN

DEWI MASRUOH

9.334.167.15

Telah diujikan di depan Sidang Munaqosah Institusi Agama Islam Negri (IAIN)  
Kediri

Pada tanggal 14 Juli 2021

Tim Penguji,

1. Penguji Utama

(Dr. M. Dimiyati Huda, M.Ag)  
NIP. 19740323 200003 1 003

(.....)

2. Penguji I

(Dr. H. Moh. Asror Yusuf, M.Ag)  
NIP. 19750613 200312 1 004

(.....)

3. Penguji II

(Novi Wahyu Winastuti, M. Psi, psikolog)  
NIP. 19831113 201903 2 004

(.....)

Kediri, 24 Juli 2021

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah



Dr. H. MOH. ASROR YUSUF, M.Ag.  
NIP. 19750613 200312 1 004

**MOTTO**

*“Boleh lelah tapi tidak boleh menyerah,  
boleh kecewa tapi tidak boleh putus asa,  
Ingat apa yang sudah kamu mulai tuntaskan!!!”*

*~DEWI~*

## **PERSEMBAHAN**

*Diiringi dengan rasa syukur kepada Allah swt.,  
peneliti mempersembahkan karya tulis ini kepada  
semua yang ikut mendoakanku dan membantuku untuk  
menyelesaikan skripsi ini.*

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

اللهم صل على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه وبارك وسلم

Segala puji syukur bagi Allah SWT yang menguasai alam semesta, yang telah memberikan rahmat, taufik, hidayah, serta inayah-Nya kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan limpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, para sahabat, serta orang-orang yang berada di jalan-Nya. Terwujudnya skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan semua pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu penulis menyampaikan trimakasih khususnya kepada :

1. Kedua orang tuaku (Bpk. Suratno & Ibu Elly Zayana) yang telah menyayangiku, merawatku dan membiayaiku didalam menuntut ilmu demi kesuksesanku.
2. Kakakku Moh. Ali Fikri dan Adikku Shalsa Nikmaturrohmah yang selalu memberi bantuan, motivasi, dan menghiburku setiap saat.
3. Bapak Dr. Nur Chamid, MM., selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri Kediri.
4. Bapak Dr. H. Mohammad Asror Yusuf, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Kediri dan selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan dukungan, arahan, semangat dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Ibu Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si., selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Kediri.
6. Ibu Novi Wahyu Winastuti, M.Psi, Psikolog., selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan dukungan, arahan, semangat dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Mas Mansur Adnan yang tidak pernah merasakan lelah saat memberikan motivasi dan dukungan.
8. Teman-teman Psikologi Islam D 2015 yang selalu memberi semangat dan motivasi.

Semoga atas bantuan beliau semuanya mendapatkan ridho Allah SWT. Aamiin... Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa penyusunan skripsi ini jauh dari kesempurnaan dan masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, kritik, dan saran sangat peneliti harapkan dari semua pihak yang membacanya demi kesempurnaan penulis di masa yang akan datang.

Kediri, 14 Juni 2021

DEWI MASRUROH



## DAFTAR ISI

Halaman Persetujuan.....	ii
NOTA DINAS .....	iii
MOTTO .....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
ABSTRAK.....	xii
BAB I PENDAHULUAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Konteks Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Fokus Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Tujuan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Kegunaan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
E. Telaah Pustaka .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB II LANDASAN TEORI .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Coping Stress .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Definisi Stres.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. <i>Definisi Coping Stress</i> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. <i>Bentuk-Bentuk Coping Stress</i> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. <i>Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Coping Stres</i>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>defined.</b>	
B. Kepribadian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5. <i>Empat Skala Kecenderungan</i> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
6. <i>Cara Perhitungan Tes Kepribadian MBTI</i> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
7. <i>16 Tipe Kepribadian MBTI</i> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Kecenderungan Kepribadian dan Strategi <i>Coping Stress</i> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>defined.</b>	
BAB III METODE PENELITIAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Pendekatan Penelitian dan Jenis Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Kehadiran Peneliti .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Lokasi Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Sumber Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
E. Pengumpulan Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

F. Analisis Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
G. Pengecekan Keabsahan Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
H. Tahap-tahap Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB IV PAPARAN DATA DAN TEMUAN PENELITIAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Gambaran Umum.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. PAPARAN DATA.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. PENENTUAN SUBJEK.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Hasil Tes Kepribadian Subjek.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Temuan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB V PEMBAHASAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Bagaimana bentuk-bentuk strategi coping santri Pondok Pesantren Murottilil Qur'an dalam proses menghafal Al-Qur'an.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB VI KESIMPULAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Kesimpulan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Strategi <i>coping stres</i> santri penghafal Al- Qur'an di Pondok Murottilil Qur'an.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi coping stres santri penghafal Al- Qur'an di Pondok Murottilil Qur'an.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Saran.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR PUSTAKA.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>



## ABSTRAK

DEWI MASRUROH, Dosen Pembimbing Dr. H. MOH. ASROR YUSUF, M.Ag dan Novi Wahyu Winastuti, M.Psi., Psikolog. Strategi *Coping Stress* Santri Pondok Pesantren Murottilil Qur'an Berdasarkan Tipe Kepribadian, Psikologi Islam, Ushuluddin dan Dakwah, IAIN Kediri, 2021.

Kata Kunci: Strategi *Coping Stress* dan Kepribadian.

*Coping* adalah suatu proses untuk menatantuntutan yang dianggap membebani atau melebihi kemampuan sumber daya individu. Stres adalah kondisi yang timbul akibat interaksi individu dengan lingkungan, dimana individu mempersepsikan adanya ketidak sesuaian/kesenjangan antara tuntutan fisik/psikis dari suatu situasi dengan sumber biologis, psikologis, atau sistem sosial individu. Kepribadian adalah satu kesatuan sistem fisik dan psikologis yang kompleks dan dinamis dalam diri individu tentang bagaimana individu melihat, berfikir, bertindak, dan beradaptasi dengan lingkungannya sehingga akan tampak dalam tingkah lakunya yang unik dan berbeda dengan orang lain. Kepribadian bisa diukur dengan beberapa instrumen, salah satunya adalah MBTI. MBTI adalah singkatan dari *Myers-Birggs Type Indicator*.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kualitatif dengan metode wawancara, observasi dan dokumentasi. Sedangkan untuk analisis data menggunakan tiga cara, yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Subjek peneliti adalah dewasa yang bertinggal di Pondok Pesantren Murottitil Qur'an.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, peneliti menemukan bahwa ada satu perbedaan dalam indikator *konfrontasi*. Untuk subjek 1, 2 dan 3 yang memiliki kepribadian tipe ESFJ ketiga subjek tersebut ketika menghadapi suatu masalah dalam proses menghafal memilih untuk tetap menghafal sesuai dengan daftra perencanaan dan target yang telah ditentukan. Sedangkan untmuk subjek 4, 5 dan 6 yang memiliki kepribadian tipe ISFJ ketika menghadapi suatu masalah dalam proses menghafal memilih untuk mendahului introspeksi diri terlebih dahulu dan tetap berpegang teguh pada pendirian yang mereka miliki.

Selain dari indikator *konfrontasi* tersebut semua subjek, baik subjek yang memiliki kepribadian tipe ENTJ yaitu subjek 1, 2 dan 3 maupun subjek yang memiliki kepribadian tipe INTJ yaitu subjek 4, 5 dan 6 tidak memiliki perbedaan yang spesifik dalam menangani suatu permasalahan yang dihadapi ketika dalam proses menghafal.