

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menjadi dewasa merupakan masa yang sulit. Sering disebut masa stress karena pada masa ini remaja dihadapkan pada perubahan-perubahan yang membuat remaja bingung. Tidak hanya perubahan fisik yang berkembang pesat, tetapi juga perubahan lingkungan yang yang memaksa remaja untuk menjadi dewasa seperti yang diharapkan lingkungan padahal remaja sendiri tidak tahu harus berbuat seperti apa. Lingkungan mengharapakan remaja bisa bertanggung jawab seperti halnya orang dewasa. Perubahan-perubahan ini membuat remaja menghadapi masalah-masalah baik itu dengan orang tua, teman maupun dengan kehidupan di sekolah. Semakin dekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa sehingga pada masa remaja sering mengalami keadaan tertekan yang muncul dari dalam maupun dari luar diri individu. Melalui proses *appraisal* (penilaian), ketika diri dihadapkan pada suatu tekanan, maka sitem kognitif diri segera bereaksi terhadap tekanan tersebut dengan memunculkan perilaku yang akan membantu mengatasi dan mengurangi ketegangan yang dialami.<sup>1</sup>

Bagi remaja penghafal Al-Qur'an, nilai yang terinternalisasi berdasarkan Al-Qur'an dan Hadist dapat menjadi sumber potensial untuk melakukan regulasi diri. Nilai-nilai ini nantinya diharapkan dapat membantu remaja penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi berbagai kendala dan rintangan dalam usaha untuk mencapai hafalan yang sempurna. Proses menghafal yang membutuhkan kedisiplinan tinggi tidak mau menuntut remaja penghafal al-Qur'an untuk mampu melakukan regulasi diri. Oleh karena itu, penelitian ini ingin

---

<sup>1</sup>Elizabeth Bergner Hurlock, *Development Psychology* (Jakarta: Erlangga, 2009), h. 21

memperoleh gambaran mengenai dinamika regulasi diri yang dilakukan oleh penghafal Al-Qur'an remaja.<sup>2</sup>

Al-Qur'an adalah fardu kifayah bagi umat Islam, sebelum menghafal Al-Qur'an, kita sebagai umat Islam haruslah terlebih dahulu dapat membaca al-Qur'an dengan baik dan benar sesuai dengan kaidah-kaidah yang telah ditentukan. Setiap huruf, setiap kata yang tertulis dalam al-Qur'an memberikan suatu makna tersendiri. Oleh karena itu, dalam membaca al-Qur'an harus dengan benar, tidak boleh ada yang kurang walaupun satu huruf. Apalagi dalam menghafalkan al-Qur'an dalam benaknya dan ingatannya. Maka sangat dianjurkan, sebelum seseorang melangkah menghafalkan al-Qur'an untuk memperlancar dan meluruskan bacaannya, maka seseorang yang menghafalkan al-Qur'an itu hendaknya terlatih lisannya dengan sering membaca al-Qur'an.

Menghafal al-Qur'an adalah sebuah upaya untuk memudahkan seseorang di dalam memahami dan mengingat isi-isi al-Qur'an dan untuk menjaga kemurnian al-Qur'an serta menjadi sebuah amal shaleh. Menghafalkan al-Qur'an sebanyak 30 juz bukanlah hal yang mudah. Semua pekerjaan atau program akan berjalan lancar dan berhasil dalam mencapai target yang telah ditetapkan, jika menggunakan suatu cara atau metode yang tepat. Keberhasilan dalam mencapai tujuan yang telah ditentukan juga tergantung kepada pemilihan dan penerapan suatu metode, sistem atau cara yang tepat, dan semua akan berjalan secara efektif dan efisien.

Sistem menyetor hafalan memang sangat tergantung pada kemandirian dan kedisiplinan masing-masing individu penghafal Al-Qur'an.<sup>3</sup> Rendahnya kesadaran individu untuk mengulangi hafalannya dan menyetorkannya secara mandiri kepada guru menjadi kendala bagi pengurus pesantren. Kemampuan meregulasi diri tertentu saja sangat dibutuhkan pada proses ini, untuk membantu remaja tersebut menelaraskan antara tujuannya secara pribadi dengan apa yang ada dilingkungan sekitarnya. Seperti adanya tuntutan untuk

---

<sup>2</sup>Lisya Chairani dan M. A. Subandi, *Psikologi Santri Penghafal Al-Qur'an: Peranan Regulasi Diri* (Yogyakarta: Buku Beta Jogja, 2016), h. 9

<sup>3</sup>Iredo Fani, *Pelaksanaan Ibadah dalam Upaya Mencapai Kesehatan Mental Jurnal Psikologi Islam* Vol. 1 No.1 Juni (Sekolah Paslarjana UIN Sayarif Hidayatullah Jakarta: 2015), h. 60

belajar, membagi waktu dengan tepat agar hafalan tetap dapat berjalan dan keinginan untuk berinteraksi dengan teman. Permasalahan lain yang sering muncul dan mengganggu konsentrasi bahkan membuat hafalan menjadi lupa adalah konflik dengan teman yang tidak terselesaikan.

Terganggunya hubungan pertemanan seringkali dipicu oleh rasa iri yang muncul dari teman yang bukan penghafal Al-Qur'an dan batasan yang dibuat oleh penghafal itu sendiri karena adanya rasa takut akan kehilangan hafalannya. Seperti tidak mau terlibat terlalu jauh dalam candaan yang dilontarkan temannya sehingga muncul penilaian negatif dari teman. Penilaian negatif dari teman ini seringkali memunculkan perasaan negatif dan mengganggu konsentrasi dalam menghafal bahkan menjadikan hafalan yang telah tersimpan hilang atau lupa.

Berdasarkan hasil penelitian bahwa permasalahan yang biasa dialami oleh penghafal di Pondok Pesantren Darud Da'wah Wal-Irsyad Lilbnat parepare bersumber dari beberapa hal yaitu: Hafalan yang harus diimbangi tugas sekolah dan lingkungan pesantren,, kepribadian santri yang sulit untuk menemukan pemecahan masalah yang efektif ketika mengalami masalah dengan teman asrama hingga mengganggu proses menghafal, rendahnya kesadaran santri untuk mengulang hafalan dan kondisi fisik atau kesehatan yang terganggu dapat membuat santri malas menghafal Al-Qur'an. Konsekuensi dari tanggungjawab menghafal Al-Qur'an pun terhitung berat. Bagi penghafal Al-Qur'an yang tidak mampu menjaga hafalannya maka perbuatannya dapat dikategorikan sebagai salah satu bentuk perbuatan dosa.

Oleh karena itu, selain membutuhkan kemampuan kognitif yang memadai, kegiatan menghafal Al-Qur'an juga membutuhkan kekuatan tekad dan niat yang lurus. Dibutuhkan pula usaha yang keras, kesiapan lahir dan batin, kerelaan dan pengaturan diri yang ketat. Menghafal al-Qur'an merupakan suatu keutamaan yang besar. Al-Qur'an dapat mengangkat derajat seseorang dan dapat memperbaiki keadaannya ketika ia mengamalkannya, tetapi

sebaliknya, ketika al-Qur'an dijadikan bahan tertawaan dan disepelekan maka akan menyebabkan ia disiksa yang sangat pedih diakhirat kelak.<sup>4</sup>

Setiap masalah yang dihadapi hendaknya diselesaikan dengan cara-cara yang baik dan positif, dan usaha terakhir yang dapat dilakukan adalah berdoa dan bertawakkal kepada Allah dan yakin dan yakin bahwa Allah maha mendengar dan maha mengabulkan permohonan.

Secara teoritis, usaha yang dilakukan individu untuk mengatasi permasalahannya disebut dengan *coping*. *Coping* merupakan strategi untuk manajemen tingkah laku untuk memecahkan masalah yang paling sederhana dan realistis. *Coping* merupakan proses dinamik dari satu pola perilaku atau pikiran seseorang yang secara sadar digunakan untuk mengatasi tuntutan-tuntutan dalam situasi yang menekan dan menegangkan.<sup>5</sup>

Perilaku yang membantu mengatasi atau mengurangi ketegangan inilah yang dinamakan dengan strategi *coping*. Strategi *coping* merupakan suatu cara yang dilakukan individu untuk menghadapi dan mengantisipasi situasi dan kondisi yang bersifat menekan atau mengancam baik fisik maupun psikis. Beberapa orang segera menyusun rencana untuk memecahkan masalah, menghadapi permasalahan yang sedang dihadapi hingga permasalahan tersebut dapat terselesaikan. Sedangkan beberapa yang lain berpura-pura baik-baik saja dan bersikap seolah tidak ada permasalahan yang sedang terjadi, berharap masalah tersebut akan selesai dengan sendiri. Dua perilaku berbeda ini sesungguhnya sama-sama merupakan strategi *coping*.

Perilaku yang berbeda-beda dalam mengatasi tekanan mencerminkan bahwa strategi coping masing-masing individu belum tentu sama. Dalam hal ini, menurut Lazarus dan Folkman terdapat dua strategi coping, yaitu coping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*) dan coping yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*). Perbedaan strategi coping inilah yang mengelompokkan perilaku orang-orang dalam mengatasi tekanan atau masalah. Orang yang tidak lari dari permasalahan dan menghadapi suatu tekanan

---

<sup>4</sup>Sa'dollah, *9 Cara Menghafal Al-Qur'an* (Jakarta: Gema Insani Press, 1994), h.23

<sup>5</sup>Trianto Safari dan Norfans Eka Saputra, *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengolah Emosi Positif dalam Hidup Anda* (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2009), h. 96

termasuk orang yang menggunakan menggunakan coping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*), sedangkan orang yang menghindar dan mengingkari permasalahan yang sedang dihadapi termasuk orang menggunakan coping yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*)<sup>6</sup>

Mengapa penelitian ini penting, karena mengetahui kadar kemampuan coping santri di Pondok Pesantren Darud Da'wah Wal-Irsyad Lilbanat Parepare dalam menghadapi tekanan psikologi santri mulai dari tekanan lingkungan, target hafalan serta banyaknya kegiatan yang harus dijalani oleh para santri penghafal al-Qur'an.

Berdasarkan permasalahan-permasalahan yang telah digambarkan pada latar belakang, membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yaitu "Strategi Coping Santriwati dalam Menghadapi Stres Menghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Darud Da'wah Wal-Irsyad Lil-Banat Parepare"

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.2.1 Bagaimana faktor penyebab stres dalam Menghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Darud Da'wah Wal-Irsyad Lil-Banat Parepare?
- 1.2.2 Bagaimana Strategi Coping Santriwati dalam Menghadapi Stres Menghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Darud Da'wah Wal-Irsyad Lil-Banat Parepare?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang dikemukakan diatas, maka dalam penelitian ini bertujuan untuk:

- 1.3.1 Mengetahui faktor penyebab stres dalam Menghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Darud Da'wah Wal-Irsyad Lil-Banat Parepare
- 1.3.2 Mengetahui Strategi Coping Santriwati dalam Menghadapi Stres Menghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Darud Da'wah Wal-Irsyad Lil-Banat Parepare.
- 1.3.3

---

<sup>6</sup>Triantoro Safari dan Nofrans Eka Saputra, *Managemen Emosi*, h. 104-109.

## 1.4 Kegunaan Penelitian

Setiap penelitian akan memberikan kegunaan baik secara teoritis maupun secara praktis. Kegunaan penelitian ini antara lain:

- 1.4.1 Kegunaan Teoritis penelitian ini memberikan pemahaman dan memberikan tambahan pengetahuan bagi kajian Bimbingan dan Konseling Islam khususnya dalam metode penghafalan Al-Qur'an
- 1.4.2 Kegunaan Praktis, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran berupa masukan kepada masyarakat khususnya di Pondok Pesantren Darud Da'wah Wal-Irsyad Lil-Banat Parepare dalam pengembangan kegiatan bimbingan menghafal al-Qur'an yang lebih tepat, efisien dan efektif.

