

# BAB I

## PERMASALAHAN

### A. Latar Belakang Masalah

Hidup pada suatu lingkungan dan menetap dalam kurun waktu yang lama akan terbiasa dengan aturan-aturan, norma-norma, dan adat kebiasaan pada lingkungan tersebut. Dengan kondisi demikian interaksi yang sudah berlangsung lama dan cukup intens membuat seseorang lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan. Kondisi terbalik ketika seseorang dihadapkan pada suatu lingkungan yang baru dan akan timbul masalah baru bagi individu karena terjadi perbedaan dan perubahan lingkungan fisik dan sosial. Seseorang yang dihadapkan dengan lingkungan baru akan berusaha menyesuaikan diri dengan lingkungan tersebut.

Setiap anak adalah individu yang unik, karena faktor bawaan dan lingkungan yang berbeda maka pertumbuhan dan pencapaian kemampuan perkembangannya juga berbeda. Anak-anak memiliki kebutuhan yang harus dipenuhi agar dapat tumbuh secara normal bahkan sejak mereka masih bayi. Kebutuhan-kebutuhan tersebut meliputi kebutuhan fisik sampai psikologis yang pada umumnya dipenuhi oleh *care giver* (orang tua, kakek/nenek, pengasuh, atau orang dewasa yang bertanggung jawab atas pengasuhan dan kesejahteraan anak). Dengan demikian, anak akan merasakan pengalaman cinta yang murni dan disiplin yang sehat. Kondisi tersebut memberikan mereka perasaan aman dan puas sehingga anak dapat berkembang sesuai dengan *real self* mereka.

Kehidupan di pondok pesantren yang sangat berbeda dengan kehidupan anak sebelumnya membuat ia harus melakukan penyesuaian diri agar bisa bertahan hingga menyelesaikan pendidikannya di pondok pesantren tersebut. Bila siswa tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggalnya yang baru siswa akan mengalami banyak konflik dan fokus yang dihadapi bukan hanya masalah akademik, tetapi juga masalah lain diluar akademik.

Anggota santri yang terdaftar di pondok pesantren dan baru akan memulai untuk mengikuti kegiatan yang akan diadakan di pondok pesantren. Santri yang belajar di pondok pesantren pada dasarnya tidak hanya berasal dari daerah dimana pondok pesantren tersebut berdiri, tetapi juga berasal dari luar kota bahkan ada yang berasal dari luar propinsi. Maka setiap santri yang berasal dari berbagai wilayah yang berbeda tersebut secara otomatis akan menempati tempat tinggal baru di dalam pondok pesantren yang tentunya akan berbeda dengan tempat tinggal sebelumnya serta bersama-sama dengan para santri lainnya yang berbeda latar belakang budaya dan tempat tinggal.

Padatnya jadwal yang diterima para santri kemudian memberi dampak lain pada kehidupannya. Semua di atur sedemikian rupa sehingga tidak ada waktu yang terbuang percuma. Setiap hari santri dibebani oleh kegiatan-kegiatan yang tidak ringan, mulai dari bangun tidur hingga tidur kembali semua diatur, Selain itu bila di rumah anak hanya mengenal beberapa orang, maka di pesantren akan mengenal banyak orang dengan latar belakang keluarga dan daerah yang

berbeda-beda, dimana mereka harus bisa menyesuaikan diri baik dalam lingkungan sekolah maupun asrama, berhadapan dengan orang-orang yang baru mereka kenal dengan berbagai macam karakter, serta penyesuaian diri dengan sistem pendidikan dan kurikulum sekolah yang berbeda bila dibandingkan dengan sekolah yang lain.

Masalah yang kemudian timbul adalah adanya santri yang tidak memiliki kecerdasan untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan sistem asrama tersebut. Tak jarang pula santri keluar dari pondok pesantren sebelum lulus atau bahkan tahun pertama di pondok pesantren.

Berdasarkan pada realitas yang ada, tidak sedikit dari orang tua, masyarakat pondok, dewan guru atau asatidz maupun lingkungan yang seharusnya bertanggung jawab atas kenyamanan berupa dukungan sosial dan motivasi agar santri mampu, memiliki kecerdasan dalam menyesuaikan diri untuk mengatasi kesulitan dan sanggup untuk bertahan hidup, dalam hal ini tidak mudah menyerah dalam menghadapi setiap kesulitan hidup, dalam hal ini terhadap lingkungan yang baru.

Stress adalah suatu keadaan yang tertekan, baik fisik maupun psikologis. Keadaan yang tercipta ini merupakan suatu keadaan yang sangat menganjal dalam diri individu karena adanya perbedaan antara yang diharapkan dengan yang ada (Chaplin, 20012). Sementara Kartono dan Gulo (2013) mengartikan stres sebagai sejenis frustasi di mana adanya gangguan-gangguan dalam aktivitas yang dilakukan individu untuk mencapai tujuannya sehingga individu tersebut merasa

cemas, was-was, dan khawatir. Markam (20013) menganggap bahwa stres adalah keadaan di mana beban yang dirasakannya terlalu berat dan tidak sepadan dengan kemampuan yang dimiliki untuk mengatasi beban yang dialaminya.

Stress dapat diakibatkan beberapa hal, yaitu kurangnya dukungan sosial dari lingkungan sekitar yang dapat menyebabkan anak kurang betah dan kurang bisa fokus dengan aktifitas kesehariannya.

Santrok (2012) mengemukakan bahwa dukungan sosial adalah sebuah informasi atau tanggapan dari pihak lain yang disayangi dan dicintai yang menghargai dan menghormati dan mencakup suatu hubungan komunikasi dan situasi yang saling bergantung. Hal ini termasuk salah satu dukungan emosional, seperti yang dikemukakan oleh Dumont & Provost (Everall, 2012) menerangkan bahwa dukungan emosional yang diterima menjadi sebuah pesan bagi individu bahwa individu tersebut disayangi.

Dukungan sosial (*sosial support*) didefinisikan oleh Hupeey dan foote (Muba, 2012) sebagai sumber daya sosial yang dapat membantu individu dalam menghadapi kejadian yang menekan. Dukungan sosial juga diartikan sebagai suatu pola interaksi yang positif atau perilaku menolong yang diberikan pada individu yang membutuhkan dukungan.

Blumer (Rhoton dkk, 2012) menyatakan bahwa manusia itu bertindak atas dasar segala sesuatu bermakna bagi dirinya, dan makna tersebut dapat dikembangkan melalui interaksi sosial dengan orang lain. Hal ini terkait dengan

motivasi individu, interaksi sosial merupakan salah satu dari dukungan sosial dimana dalam mencapai sesuatu seseorang juga membutuhkan dukungan dari selain dirinya yaitu motivasi dari lingkungan atau sosialnya (Martin & Dowson, 20012).

Selain dukungan sosial faktor penyebab stress juga bisa disebabkan ketangguhan, ketahanan seorang anak dalam menghadapi berbagai masalah dilingkungan yang ditempatinya.

Harry Hidayati (2013) telah menemukan bahwa selain bahwa selain IQ (*intelligence quotient*) dan EQ (*emotial quotient*), memang ada unsur lain yang yang memiliki pengaruh besar dalam keberhasilan hidup atau karir seseorang yaitu AQ (*Adversity Quotient*). *Adversity Quotient* yang dimaksudkan di sini adalah ketangguhan , ketenangan dalam menghadapi berbagai masalah dan dapat mencari alternatif solusi masalah. Penelitian yang saat ini berkembang dengan adanya fakta lain yakni semakin tinggi karir individu, maka semakin banyak masalah yang dihadapi, dan hal inilah yang mendorong para HRD (*Human Resource Development*) Supervisor mencari pegawai dengan nilai plus AQ (*Adversity Quantity*) artinya orang yang tangguh, tenang menghadapi berbagai masalah dan dapat mencari alternatif solusi masalah tersebut.

*Adversity Quotient* berarti bisa juga disebut dengan ketahanan atau daya tahan seseorang ketika menghadapi masalah. Stein & Book (2014) menjelaskan bahwa ketahanan adalah kemampuan untuk menghadapi peristiwa yang tidak

menyenangkan dan situasi yang penuh tekanan tanpa menjadi berantakan, dengan secara aktif dan pasif mengatasi kesulitan. Ketahanan ini berkaitan dengan kemampuan untuk tetap tenang dan sabar, serta kemampuan menghadapi kesulitan dengan kepala dingin, tanpa terbawa emosi.

Orang yang tahan menghadapi kesulitan akan menghadapi, bukan menghindari, tidak menyerah pada rasa tidak berdaya atau putus asa. Harry (Hidayati, 2013) telah menemukan bahwa selain IQ (*intelligence quotient*) dan EQ (*emotial quotient*), memang ada unsur lain yang memiliki pengaruh besar dalam keberhasilan hidup atau karir seseorang yaitu AQ (*Adversity Quotient*). *Adversity Quotient* yang dimaksudkan di sini adalah ketangguhan, ketenangan dalam menghadapi berbagai masalah dan dapat mencari alternatif solusi masalah. Penelitian yang saat ini berkembang dengan adanya fakta lain yakni semakin tinggi karir individu, maka semakin banyak masalah yang dihadapi, dan hal inilah yang mendorong para HRD (*Human Resource Development*) Supervisor mencari pegawai dengan nilai plus AQ (*Adversity Quantity*) artinya orang yang tangguh, tenang menghadapi berbagai masalah dan dapat mencari alternatif solusi masalah tersebut.

Berdasarkan penelitian dari Yusuf, Muhammad Nurdin, bahwa hasil penelitian diperoleh data penyesuaian diri terhadap tingkat stress berada dikategori sedang sebanyak 74,46% yaitu 35 subjek, sedangkan dikategori tinggi

sebanyak 12,76%, % yaitu 6 subjek dan berada dikategori rendah sebanyak 12,76% yaitu 6 subjek.

Berdasarkan Studi Pendahuluan pada tanggal 8 Maret 2017 di pondok pesantren sunan drajat lamongan, dari hasil wawancara pada 8 Santri baru yang mengikuti pembelajaran, didapatkan 5 santri merasakan gejala stress lingkungan seperti kurang tidur, murung, sukar bergaul, nafsu makan hilang, emosi tidak stabil. Hal ini berdampak dalam kegiatan sehari-hari santri dalam proses pembelajaran. Dari ciri-ciri tersebut menunjukkan bahwa santri mengalami stress lingkungan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penyesuaian diri terhadap tingkat stres santri baru adalah cukup baik yaitu sebanyak 74,46%. Sama halnya dalam penelitian Oki Tri Handono yang berjudul, “Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Lingkungan Pada Santri Baru” bahwa tingkat penyesuaian diri sebesar 73,91% dan dukungan sosial terhadap stres sebesar 86,96%. Sedangkan dukungan sosial subjek termasuk dalam kategori sedang sebanyak 86,96 %, sehingga dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial yang diperoleh subjek cukup. Pada kategori stres lingkungan, subjek penelitian termasuk kategori tinggi sebanyak 80,43 %.

Berdasarkan studi pustaka yang telah dilakukan, peneliti melakukan eksplorasi dan pemetaan terhadap beberapa penelitian terkait Hubungan Antara

Dukungan Sosial Dan kemampuan *Adversity Quotient* Dengan Tingkat Stress Lingkungan Pada Santri Kelas Vii Pondok Pesantren. Peneliti melihat terdapat kemungkinan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan dengan *Adversity Quotient* . Selain itu, di Indonesia penelitian mengenai *Adversity Quotient* masih sangat jarang. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai dukungan sosial dan *Adversity Quotient* pada santri remaja awal yang tinggal di pondok pesantren.

## **B. Perumusan Masalah**

*Stress* merupakan suatu keadaan yang disebabkan oleh adanya tuntutan internal maupun eksternal (*stimulus*) yang dapat membahayakan, tidak terkendali atau melebihi kemampuan individu sehingga individu akan bereaksi secara fisiologis maupun secara psikologis (respon) dan melakukan usaha- usaha penyesuaian diri terhadap situasi tersebut (proses). Pada mulanya tekanan dalam stress itu mungkin tidak terasa, namun secara kompensasional individu bahkan mampu mengatasinya. Pada umumnya individu tidak mengalami hal ini dengan kesadaran. Kondisi stress pada santri di pondok pesantren ini bisa bersumber dari tekanan-tekanan yang dirasakan dalam pondok pesantren yang ditempati oleh para santri. Stress dihubungkan dengan adanya peristiwa yang menekan sehingga seseorang dalam keadaan tidak berdaya akan menimbulkan dampak negatif. Stress merupakan bagian yang tidak terhindarkan dari kehidupan, karena setiap individu pasti akan mengalami

kondisi stress tersebut. Setiap individu yang mengalami suatu tekanan atau stress, dapat dipastikan akan mencari solusi atau jalan keluar atas keadaan tersebut.

Perubahan lingkungan baru dan menetap di lingkungan baru membutuhkan dorongan dari lingkungan baru tersebut, tidak sedikit dengan guru atau asatidz maupun lingkungan teman-teman santri memberikan motivasi berupa dukungan sosial agar santri mampu memiliki kecerdasan dalam menyesuaikan diri untuk mengatasi kesulitan dan sanggup untuk bertahan hidup, dalam hal ini tidak mudah menyerah dalam menghadapi setiap kesulitan hidup, dalam hal ini terhadap lingkungan yang baru.

### **C. Keaslian Penelitian**

Penelitian tentang analisis Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Kemampuan *Adversity Quotient* Dengan Tingkat Stress Lingkungan Pada Santri Kelas Vii Pondok Pesantren ini belum pernah dilakukan di Kabupaten lamongan. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Yang membedakan dengan peneliti sebelumnya adalah terletak pada tempat dan waktu serta variabel bebas yaitu Dukungan Sosial Dan *Adversity Quotient* Penelitian yang terkait dengan penelitian ini adalah :

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

NO	PENELITI	JUDUL PENELITIAN	DESAIN PENELITIAN	VARIABEL	HASIL PENELITIAN
1	Oki tri handoko (2012)	Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Lingkungan Pada Santri Baru	Kuantitatif teknik analisis regresi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Stres Lingkungan</li> <li>2. Hubungan Antara Penyesuaian Diri</li> <li>3. Dukungan Sosial</li> </ol>	<p>1. Adanya hubungan negatif yang signifikan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial dengan stres lingkungan. Semakin tinggi penyesuaian diri dan dukungan sosial maka semakin rendah stres lingkungan dan semakin rendah penyesuaian diri dan dukungan sosial maka semakin tinggi stres lingkungan.</p>

NO	PENELITI	JUDUL PENELITIAN	DESAIN PENELITIAN	VARIABEL	HASIL PENELITIAN
2	Yusuf, Muhammad Nurdin (2013)	Pengaruh Penyesuaian Diri Terhadap Tingkat Stres Pada Santri Baru Di Pondok Pesantren Pendidikan Islam Parigi Habirau Tengah Kecamatan Daha Selatan.	Kuantitatif statistik deskriptif.	Variabel terikat : Stress Variabel bebas : Penyesuaian Diri	ada pengaruh yang negatif antara penyesuaian diri terhadap tingkat stres santri baru dapat diterima. Artinya apabila semakin rendah penyesuaian diri, maka akan semakin tinggi tingkat stres pada santri baru. Begitupun sebaliknya, jika penyesuaian diri tinggi maka akan semakin rendah tingkat stres pada santri baru.

NO	PENELITI	JUDUL PENELITIAN	DESAIN PENELITIAN	VARIABEL	HASIL PENELITIAN
3	Witsqa Maisa Haq, (2015)	Kemandirian Dan Homesickness Santri Mts Al-Fadliliah Darussalam Kota Ciamis	Kuantitatif teknik penelitian korelasional	Variabel terikat : Homesickness  Variabel bebas : Kemandirian	1. Terdapat hubungan negatif yang sangat rendah antara kemandirian dengan homesickness pada santri MTs Al-Fadliliah Darussalam. Dengan kata lain, kemandirian yang tinggi akan cenderung menimbulkan homesickness yang rendah dan sebaliknya kemandirian yang rendah akan cenderung menimbulkan homesickness yang tinggi. Namun kecenderungan tersebut hanya terjadi pada sedikit subjek dalam penelitian ini.

#### **D. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini terdiri dari tiga variabel , yaitu variabel terikat dan dua variabel bebas. Variabel terikat (Y) tentang stress lingkungan dan variabel bebas (X1) tentang dukungan sosial dan variabel bebas (X2) tentang kemampuan *Adversity Quotient*.

Stress adalah suatu keadaan yang tertekan baik secara fisik maupun psikologis. Keadaan yang tercipta ini merupakan suatu keadaan yang sangat mengganjal dalam diri individu karena adanya perbedaan antara yang diharapkan dengan yang ada.

Dukungan Sosial adalah informasi atau umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yangtimbal balik. Dukungan sosial merupakan tersedianya hubungan yang bersifat menolong dan mempunyai nilai khusus bagi individu yang menerimanya.

Kemampuan *Adversity Quotient* (AQ) adalah kecerdasan individu dalam berfikir,, mengontrol, mengelola, dan mengambil tindakan dalam meghadapi kesulitan, hambatan atau tantangan hidup, serta mengubah kesulitan maupun hambatan tersebut menjadi peluang untuk meraih kesuksesan.

Subjek dalam penelitian ini adalah santri baru yang mengikuti pembelajaran di Pondok Pesantren, Madrasah Tsanawiyah kelas VII Pondok Pesantren Sunan Drajat Lamongan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian

ini menggunakan skala psikologi yang disusun oleh peneliti. Skala psikologi untuk pengukuran dukungan sosial menggunakan skala dukungan sosial. Untuk pengukuran *Adversity Quotient* menggunakan skala *Adversity Quotient* serta pengukuran stress lingkungan menggunakan skala stress lingkungan. Bentuk skala yang digunakan dalam penelitian ini diberikan secara terstruktur kepada subjek peneliti.

Data yang sudah dikumpulkan akan dianalisis secara statistik, dan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan “*Kolerasi Rank Spearman*” untuk mengetahui tingkat eratnya hubungan antara tiga variabel yang berskala ordinal. Uji ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan *Adversity Quotient* dengan tingkat stress lingkungan pada santri kelas vii. Selanjutnya diolah dan dianalisa dengan *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 20 for windows*.

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji lebih jauh secara empiris tentang hubungan antara dukungan sosial dan *Adversity Quotient* dengan tingkat stress lingkungan pada santri kelas VII.

## **E. MANFAAT PENELITIAN**

Adapun manfaat dari penelitian ini diharapkan sebagai berikut:

Penelitian ini signifikan secara teori dan praktis. Secara teori, penelitian ini akan menambah kajian serta literatur mengenai dukungan sosial dan *Adversity Quotient*, khususnya dalam konteks dukungan sosial dan *Adversity Quotient* di lingkungan pesantren.

Secara praktis, hasil penelitian akan sangat bermanfaat bagi remaja, orang tua, maupun pengasuh asrama untuk memberi informasi praktis berkaitan dengan

dukungan sosial dan *Adversity Quotient*. Remaja dapat mengikuti kegiatan yang dapat meningkatkan dukungan sosial dan *Adversity Quotient* yang dirasakan.