

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Santri adalah orang yang belajar agama islam dan mendalami ilmu agama islam di pondok pesantren baik menetap di pondok maupun pulang setelah kegiatan mengaji selesai. Jika diruntut dengan tradisi pesantren, santri terbagi menjadi dua kelompok yaitu santri mukim dan santri kalong. Santri mukim adalah murid yang berasal dari jauh dan menetap di pesantren, sedangkan santri kalong adalah murid yang berasal dari desa dan sekelilingnya yang tidak menetap dipondok kecuali pada waktu belajar ataupun mengaji saja (Megarani,2010). Santri baru adalah siswa baru yang akan mengikuti kegiatan belajar mengajar dan hidup mondok di asrama yang telah disediakan di pondok pesantren (Zulkarnain, 2014).

Penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan-tuntutan, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan, sehingga terdapat keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dengan tuntutan lingkungan kemudian tercipta keselarasan antara individu dengan realitas (Ghufron dan Risnawita, 2012).

Proses penyesuaian diri terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya. Individu tidak hanya dituntut untuk merubah perilaku untuk menghadapi kebutuhan dirinya dari dalam maupun dari diluar, tapi juga dituntut untuk menyesuaikan diri dengan adanya orang lain dan macam-

macam kegiatan mereka. Jika mereka ingin penyesuaian, maka hal itu menuntut adanya penyesuaian antara keinginan masing-masingnya dengan suasana lingkungan sosial tempat mereka tinggal (Desmita, 2012).

Tinggal di pondok pesantren bukan hanya menimba ilmu saja tapi juga dituntut untuk menyesuaikan diri dengan tempat tinggal yang sederhana, tinggal bersama orang-orang yang belum pernah dikenal dan menghadapi setiap perbedaan sifat dari berbagai santri yang tinggal di pondok, terlebih dari daerah yang berbeda dan memiliki bahasa dari daerah yang berbeda pula. Permasalahan yang sering terjadi pada santri terkait penyesuaian diri di pondok pesantren Al-Mahrusiyah seperti beradaptasi dengan antrian mandi yang sangat panjang dikarenakan sangat banyaknya jumlah santri dibanding jumlah kamar mandi, waktu tidur atau istirahat yang sangat singkat karena telah ditentukan berbagai jadwal kegiatan di pondok. Santri dilarang pulang ataupun izin keluar dari pondok jika tidak di jemput dengan keluarga kandung, terlebih lagi tidak diperbolehkan membawa gadget. Pada interaksi teman sebaya kadang juga mengalami kesulitan untuk berinteraksi karena canggung dan bingung untuk memulai perkenalan dengan orang baru, terlebih jika individu itu pendiam dan suka menutup diri. Sama juga halnya dengan permasalahan regulasi diri pada santri, masih banyak santri yang mengalami kUALAHAN dengan kegiatan pondok pesantren dan belum bisa membuat target hafalan dan menata strategi untuk belajar di pondok agar waktu yang berlalu tidak terbuang sia-sia.

Setiap orang terlahir untuk berhasil dalam menyesuaikan diri atau gagal menyesuaikan diri. Keadaan fisik, mental, dan emosi dapat dipengaruhi oleh

faktor lingkungan yang akan membentuk proses penyesuaian diri secara baik dan tidak baik (Sunarto dan Hartono, 2008).

Tidak selamanya individu berhasil dalam melakukan penyesuaian diri, karena kadang-kadang ada rintangan-rintangan tertentu yang menyebabkan tidak berhasil melakukan penyesuaian diri. Rintangan-rintangan itu mungkin terdapat dalam dirinya atau mungkin diluar dirinya. Dalam hubungannya dengan rintangan-rintangan tersebut ada individu-individu yang dapat melakukan penyesuaian diri secara positif, namun ada pula individu-individu yang melakukan penyesuaian diri yang salah. Mereka yang tergolong memiliki penyesuaian diri secara positif biasanya ditandai dengan beberapa hal, yaitu tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional, tidak menunjukkan adanya mekanisme-mekanisme psikologis, tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi, memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri, mampu dalam belajar, menghargai pengalaman, bersikap realistik dan objektif.

Sedangkan kegagalan dalam melakukan penyesuaian diri secara positif, dapat mengakibatkan individu melakukan penyesuaian diri yang salah. penyesuaian diri yang salah ditandai dengan berbagai bentuk perilaku yang salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistik, agresif dan lainnya. Ada tiga bentuk reaksi dalam penyesuaian diri yang salah. Pertama, Reaksi bertahan (*defence reaction*) yaitu individu berusaha untuk mempertahankan dirinya, seolah-olah tidak menghadapi kegagalan dan selalu berusaha untuk menunjukkan bahwa dirinya tidak mengalami kegagalan. Kedua, reaksi menyerang (*aggressive reaction*) yaitu menunjukkan tingkah laku yang bersifat menyerang untuk

menutupi keagalannya dan tak mau menyadari keagalannya. Ketiga, reaksi melarikan diri (*escape reaction*) yaitu melarikan diri dari situasi yang menimbulkan keagalannya seperti banyak tidur, minum-minuman keras, bunuh diri dan lain-lain (Hartono dan Sunarto, 2008).

Individu dinyatakan mempunyai penyesuaian diri yang baik apabila dapat melakukan respon-respon yang matang, efisien, memuaskan, dan sehat. Dikatakan efisien artinya mampu melakukan respon dengan mengeluarkan tenaga dan waktu sehemat mungkin. Dikatakan sehat artinya bahwa respon-respon yang dilakukannya sesuai dengan hakikat individu, lembaga, atau kelompok antar individu, dan hubungan antar individu dengan penciptanya. Bahkan, dapat dikatakan bahwa sifat sehat ini adalah gambaran karakteristik yang paling menonjol untuk melihat atau menentukan bahwa suatu penyesuaian diri dikatakan baik. Dengan demikian, orang yang dipandang mempunyai penyesuaian diri yang baik adalah individu yang telah belajar bereaksi terhadap dirinya dan lingkungannya dengan cara – cara yang matang, efisien, memuaskan dan sehat, serta dapat mengatasi konflik mental, frustrasi, kesulitan pribadi dan sosial tanpa mengembangkan perilaku simptomatik dan gangguan psikosomatik yang mengganggu tujuan-tujuan moral, sosial, agama, dan pekerjaan. Orang seperti itu mampu menciptakan dan mengisi hubungan antar pribadi dan kebahagiaan timbal balik yang mengandung realisasi dan perkembangan kepribadian secara terus-menerus (Ali dan Asrori, 2004).

Individu dikatakan berhasil dalam melakukan penyesuaian diri apabila dapat memenuhi kebutuhannya dengan cara-cara yang wajar atau apabila dapat

diterima oleh lingkungan tanpa merugikan atau mengganggu lingkungannya (Hartono dan Sunarto 2008).

Setiap santri memiliki perbedaan dalam kemampuan menyesuaikan diri. Ada juga santri yang tidak dapat menyesuaikan dirinya dengan baik seperti yang dijelaskan pada penelitian yang dilakukan oleh (Zulkarnain, 2014) yang berjudul Efektivitas Pelatihan Penyesuaian Diri Bagi Santri Baru SMP Islam Pondok Pesantren As Sunnah Lombok Timur. Saat dilakukan interview pada tanggal 3 Agustus 2013 di lingkungan pondok pesantren, 7 orang santriwati mengaku bahwa tuntutan yang dibebankan kepadanya merupakan tuntutan yang berat dan menimbulkan kebingungan dan stress pada masa awal masuk pondok. Rutinitas kegiatan yang terlalu padat dan budaya yang sangat jauh berbeda dengan kehidupan mereka sehari-hari yang mengalami perubahan drastis, misalnya santriwati yang sebelumnya tidak menggunakan jilbab ketika dipondok diwajibkan mengikuti aturan dengan menggunakan jilbab ukuran besar beserta cadar. Tidak pernah melakukan kontak dengan lingkungan di luar pondok santriwati. Tidak ada kontak langsung dengan laki-laki di luar pondok putri karena pondok putri bagi santriwati steril dari para lelaki. Hanya ada beberapa pengajar laki-laki yang boleh masuk saat mengajar, itupun para santri tidak diperkenankan untuk melintas dengan bebas saat ada laki-laki di dalam pondok, semua santriwati diwajibkan bercadar dan jika tidak ada kegiatan lain harus berada didalam kelas ataupun di dalam kamar.

Banyaknya tuntutan yang jauh berbeda dengan kehidupan sebelum tinggal di pondok menyebabkan timbulnya masalah penyesuaian diri pada para santri di

pondok pesantren As Sunnah. Menjalani hidup menjadi santri di pondok pesantren adalah perubahan kehidupan ketika bersama orangtua dan diharuskan untuk menjadi pribadi yang mandiri, bertanggung jawab, bisa menyesuaikan diri secara baik dan bisa mengerjakan tugas yang didapat dengan sungguh-sungguh. Keadaan yang begitu berbeda akan membuat para santri mengalami perubahan dan penyesuaian lingkungan baru yang ditempatinya.

Sebagai data awal, berdasarkan pengamatan dari penulis pada santri tahun pertama pondok pesantren Al-Mahrusiyah Lirboyo Kota Kediri ditemukan beberapa santri yang masih sering menangis dan tak jarang juga yang menyendiri meski sudah tinggal di pondok beberapa hari. Penulis melakukan wawancara pada subjek A tanggal 18 Agustus 2018. A adalah salah satu santri yang berasal dari Lombok, A termasuk santri baru pondok pesantren Al-Mahrusiyah. A mengaku tidak betah berada di dalam pondok yang banyak peraturan, tidak boleh pergi keluar pondok tanpa seizin pengurus, santri tersebut menyatakan jika belum bisa hidup jauh dari keluarga dan orang-orang yang disayang, masih sulit beradaptasi dengan teman-teman di pondok yang memang semuanya baru di temui. Apalagi dengan peraturan pondok yang belum boleh menerima telfon dari orangtuanya jika kurang dari 40 hari dan A mengaku hanya bisa menangis di kamar mandi.

Dilanjutkan dengan wawancara kedua pada subjek B, santri baru asal Jakarta yang memang sudah hampir satu bulan berada dipondok Al-Mahrusiyah. Sebelum wawancara berlangsung santri tersebut terlihat sedang menangis. Menurut pengakuannya B sedang rindu kedua orang tuanya yang setiap hari mencucikan semua bajunya dan menyiapkan makanan yang memang sangat

berbeda dengan menu dipondok. B mengeluh karna setiap malam harus tidur dengan banyak orang disemua ruangan yang membuat tidurnya tidak nyenyak dan harus bangun terlalu pagi untuk mengikuti setiap kegiatan yang ditetapkan oleh pondok pesantren, harus mandi dengan durasi yang sangat singkat karena antrian mandi yang sangat panjang. B bercerita tentang kebingungannya hidup dengan orang banyak, takut untuk dekat dengan teman karena takut tidak diterima oleh teman-teman lainnya karena dirinya tidak sesuai yang diinginkan teman-temannya, terlebih B belum bisa berbahasa jawa.

Pada wawancara berikutnya dengan pengurus pondok pesantren Al-Mahrusiyah yang memang menyatakan bahwa setiap tahun ajaran baru saat banyak santri baru yang masikpun peristiwanya tidak jauh beda, bahkan tidak sedikit santri yang boyong (keluar dan tidak lagi tinggal dipondok pesantren) karena tidak betah dengan keadaan yang memang belum pernah dialami. Tak hanya santri baru yang banyak mengeluh, bahkan santri yang sudah lumayan lamapun ada yang belum bisa menyesuaikan diri dilingkungan tersebut, bahkan masih ada yang kesepian sebab sedikit teman karena sulit dalam bergaul. Untuk menyesuaikan diri di pondok pesantren Al-Mahrusiyah bisa dinyatakan cukup sulit karena santri yang tinggal di pondok tersebut berjumlah sangat banyak dan berasal dari daerah diseluruh provinsi di Indonesia

Menurut Ali dan Asrori (2004) faktor yang berhubungan dengan penyesuaian diri adalah lingkungan yang meliputi keluarga, sekolah, dan masyarakat. Lingkungan sekolah dapat menjadi kondisi yang memungkinkan berkembangnya atau terhambatnya proses perkembangan penyesuaian diri.

Menurut Desmita (2012), interaksi dengan guru dan teman sebaya di sekolah memberikan suatu peluang yang besar bagi anak-anak untuk mengembangkan kemampuan kognitif dan keterampilan social, memperoleh pengetahuan tentang dunia serta mengembangkan konsep diri sepanjang masa pertengahan dan akhir anak-anak. Pierre (Megantoro, 2016) menjelaskan bahwa interaksi teman sebaya adalah hubungan individu pada suatu kelompok kecil dengan rata-rata usia yang hampir sama/sepadan.

Menurut Santrock (2007) dari masa kanak-kanak pertengahan, hingga masa kanak-kanak akhir, dan akhirnya memasuki masa remaja, jumlah waktu yang digunakan untuk berinteraksi dengan kawan-kawan sebaya cenderung meningkat. Berdasarkan sebuah penyelidikan, diketahui bahwa anak-anak berusia 2 tahun menggunakan 10 persen waktunya dalam sehari untuk berinteraksi dengan kawan-kawan sebaya, anak berusia 4 tahun sebanyak 20 persen, anak berusia antara 7 hingga 11 tahun sebanyak 40 persen

Penelitian Megantoro (2016) yang berjudul hubungan interaksi teman sebaya dan penyesuaian diri di sekolah pada siswa baru di SMK KRISTEN Salatiga yang hasilnya menyatakan ada hubungan positif yang signifikan.

Salah satu unsur kepribadian yang berpengaruh penting terhadap penyesuaian diri ialah regulasi diri. Regulasi diri adalah upaya individu untuk mengatur diri dalam suatu aktivitas dengan mengikut sertakan kemampuan metakognisi, motivasi, dan perilaku aktif. Regulasi diri bukan merupakan kemampuan mental atau kemampuan akademik, melainkan bagaimana individu

mengolah dan mengubah pada suatu bentuk aktivitas (Ghufron dan Risnawita, 2012).

Regulasi diri sama pentingnya dengan proses penyesuaian diri dan pemeliharaan stabilitas mental, kemampuan untuk mengatur diri, dan mengarahkan diri. Kemampuan mengatur diri dapat mencegah individu dari keadaan malasuai dan penyimpangan kepribadian. Kemampuan pengaturan diri dapat mengarahkan kepribadian normal mencapai pengendalian diri dan relasi diri (Ali dan Asrori, 2004).

Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Isnaini (2017) yang berjudul hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren di Surakarta. Telah ditemukan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri. Regulasi diri pada Santri Pondok Pesantren di Surakarta tergolong sedang, dan penyesuaian diri pada santri pondok pesantren di Surakarta tergolong tinggi.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan antara interaksi teman sebaya dan regulasi diri dengan penyesuaian diri pada santri tahun pertama”.

B. Tujuan penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara interaksi teman sebaya dan regulasi diri dengan penyesuaian diri pada santri tahun pertama.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Berkontribusi dalam pemikiran guna menunjang ilmu psikologi khususnya yang berkaitan dengan hubungan antara interaksi teman sebaya dan regulasi diri dengan penyesuaian diri santri tahun pertama

2. Manfaat Praktis

a. Bagi santri

Menambah wawasan dan pengetahuan terkait hubungan antara interaksi teman sebaya dan regulasi diri dengan penyesuaian diri pada santri tahun pertama

b. Bagi pondok pesantren

Menambah informasi terkait hubungan antara interaksi teman sebaya dan regulasi diri dengan penyesuaian diri pada santri tahun pertama

c. Bagi peneliti lain

Menambah pengetahuan dan wawasan di bidang psikologi terkait hubungan antara interaksi teman sebaya dan regulasi diri dengan penyesuaian diri pada santri tahun pertama.

