

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pondok pesantren yaitu institusi yang mengutamakan proses perkembangan dan pendidikan agama Islam, dan para siswanya populer disebut dengan istilah santri, biasanya dengan sistem asrama sebagai tempat tinggal yang bersifat permanen (Sa'idah & Laksmiwati, 2017). Asrama dalam pondok pesantren itu sendiri memiliki arti sebagai tempat pengkaderan ulama, pengembangan metodologi, serta digunakan sebagai inovasi para santri untuk mengembangkan pola aktivitas dan pola pembelajarannya (Perawironegoro, 2019).

Pola pembelajaran pada pondok pesantren sangat tidak selaras dengan pola pembelajaran pada sekolah umumnya. Tujuan primer dari pembelajaran di pondok pesantren ialah menyiapkan individu untuk mendalami serta menguasai ilmu agama islam. Kekuatan pondok pesantren terletak pada kemampuannya mencontohkan kebiasaan hidup universal yang dianut oleh semua santri secara setara, menjadikannya lebih mandiri dan santun terhadap orang lain dan forum sosial manapun. Suasana dalam pesantren sendiri tidak bisa disamakan dengan suasana di lingkungan rumah, sebab jauh dari orang tua, tidak diperbolehkan memakai *handphone*, melalukan segala sesuatu secara mandiri serta hidup dengan aneka macam peraturan yang wajib dipatuhi.

Kesulitan yang di hadapi remaja adalah penyesuaiaan diri supaya mampu bertahan hingga menuntaskan pendidikannya di pondok pesantren, sehingga dianggap sebagai hal yang menakutkan bagi sebagian orang. Selain

itu, remaja wajib mematuhi peraturan yang terdapat pada pesantren seperti tidak boleh keluar dari pesantren kecuali saat hari libur dan menemui orang tua yang berkunjung ke pondok pesantren, tidak boleh bertemu dengan lawan jenis, serta peraturan lainnya. Kewajiban remaja di asrama, menuntut remaja untuk hidup dengan aktivitas, budaya serta kebiasaan di pesantren yang berbeda dengan kebiasaan di rumah.

Remaja dalam masa ini umumnya berumur 7 - 12 tahun ataupun tengah berada dalam masa bersekolah, terdapat pula usia 12 – 15 tahun ataupun bisa disebut remaja awal. Harlock (2011) menyatakan, remaja usia dua belas hingga lima belas tahun menghadapi tantangan perkembangan dalam beradaptasi dengan lingkungannya. Menurut Weiten dan Lloyd (2006) mengatakan penyesuaian diri atau *personal adjustment* yakni sebuah proses secara psikologis yang dilewati oleh seseorang dalam mengatasi ataupun mengatur harapan serta kesulitan dalam keseharian, baik untuk keadaan lingkungan alam, lingkungan sosial, maupun kondisi kejiwaanya.

Menurut hasil survei kesehatan mental yang dilakukan di berbagai negara pada tahun 2018, dari 5,8% hingga 42,7% remaja di seluruh dunia menderita gangguan kecemasan dan depresi dikarenakan kesulitan dalam beradaptasi dengan kondisi baru (Bau et al., 2022). Data dari Riset Kesehatan Dasar (2018) menunjukkan bahwa gangguan penyesuaian diri dengan gejala depresi dan kecemasan muncul pada 48% remaja di Indonesia, atau 11 juta orang, di antara mereka yang berusia 12 tahun ke atas. Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Jawa Timur (2021), remaja dengan gangguan penyesuaian diri terdapat 2000 remaja (Lentera anak, 2018).

Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kusdiyanti dan Halimah dalam Safareka (2018) menunjukkan bahwa terdapat 95 (52,5%) siswa dari 180 siswa gagal beradaptasi pada lingkungan sosial dari sekolahnya. Mengacu dari penelitian yang dilakukan oleh Nurhadi dalam Ekanita & Putri (2019) 34% ataupun 38 subjek mendapati adaptasi yang buruk serta 17% ataupun 18 subjek dari subjek mendapati adaptasi yang sangat rendah.

Berdasar dari perolehan studi pendahuluan yang telah dilaksanakan 10 November 2022 melalui wawancara dengan salah satu guru atau yang sering disebut dengan ustadz dan dengan 10 santri Pondok Pesantren Bustanul Ulum Yosowilangun Kabupaten Lumajang, didapatkan data bahwa santri pondok pesantren tersebut mengalami kendala terhadap kondisi yang belum pernah mereka jalani sebelumnya. Sebanyak 70% dari 10 santri terindikasi mengalami masalah terhadap penyesuaian diri. Salah satu unsur masalah penyesuaian yang mereka sampaikan adalah adanya program yang menuntut para santri untuk belajar agama dengan mempergunakan bahasa arab, menjalani peraturan yang tidak sama dengan dirumah mereka sebelumnya, serta mereka juga harus membentuk sifat kemandirian yang tinggi pada diri mereka masing-masing yang tentu memerlukan sebuah adaptasi yang relatif sulit serta lama.

Remaja mengalami perubahan yang signifikan sebagai akibat dari pergeseran terhadap lingkungan keluarga disekitar rumahnya ke lingkungan pesantren. Mereka diharuskan untuk belajar menyesuaikan diri dengan perubahan ini, sehingga remaja dapat merasa nyaman tinggal di kawasan

asrama. Remaja yang tidak dapat menyesuaikan diri akan berkemungkinan mengalami bahaya, misalnya meremehkan dan tidak mempertanggungjawabkan pelajaran, tidak mempunyai keyakinan pada dirinya sendiri, bersikap sangat kasar, depresi bila tidak berada dalam lingkungan keluarga, merasa tidak aman, serta muncul perasaan ingin menyerah, yang menyebabkan mereka berubah menjadi tertutup, rendah diri, suka menghindari individu lain di masa depan, kepercayaan dirinya berkurang, serta malu ketika ada di tengah-tengah orang yang tidak biasanya mereka temui di lingkungan keluarganya (Irviana, 2021).

Salah satu komponen yang mempengaruhi adaptasi remaja dalam pesantren adalah dukungan teman sebayanya. Remaja yang melakukan aktivitasnya di pesantren cenderung lebih sering menjalin interaksi pada temannya di asrama. Teman sebaya merupakan tempat ternyaman dalam berbagi pendapat, menceritakan masalah sekaligus meminta bantuan untuk menyelesaikan masalah. Kebanyakan remaja sering meminta pendapat, saran, menceritakan pengalamannya, dan berbagi cerita setiap harinya bersama teman sebaya. Sebab teman sebaya ini mempunyai perasaan emosional yang serupa untuk menyelesaikan sesuatu masalah mengingat teman sebaya memiliki usia yang berdekatan dengan mereka (Widowati, 2018).

Dukungan dari teman sebaya yakni sebuah dukungan yang diberi kelompok sebaya dari seseorang terhadap dirinya dengan memberikan kenyamanan baik secara psikologis maupun fisik sehingga membuatnya merasa dihargai, diperhatikan, serta dicintai sebagai bagiannya kelompok tersebut. Keadaan ini akan memberi rasa penerimaan, kasih sayang, serta

pengertian, yang bisa mendukung seseorang menjadi lebih baik dalam menyelesaikan masalah. Walaupun di Pondok Pesantren, remaja akan lebih mudah menyelesaikan berbagai masalah jika mereka didukung oleh teman sebayanya.

Mengacu dari fenomena yang ditemukan dalam studi pendahuluan ini, kemudian akan dilaksanakan penelitian terkiat hubungan diantara dukungan dari teman sebaya dengan penyesuaian diri remaja di pondok pesantren. Studi ini berbeda dari studi sebelumnya karena meneliti penyesuaian diri secara langsung bersama dengan dukungan dari teman sebaya. Peneliti berkeinginan untuk menyelenggarakan penelitian ini dikarenakan kesehatan psikologis remaja yang semakin berkembang khususnya di Indonesia perlu diperhatikan untuk menghasilkan remaja yang bisa menjalin sosialisasi dengan terbuka serta mempunyai emosional yang matang, terutama untuk mereka remaja di pondok pesantren. Sehingga peneliti di sini akan meneliti “Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Remaja di Pondok Pesantren Bustanul Ulum Yosowilangun Lumajang”.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimanakah dukungan teman sebaya pada remaja di Pondok Pesantren Bustanul Ulum Yosowilangun Lumajang?
2. Bagaimanakah penyesuaian diri pada remaja di Pondok Pesantren Bustanul Ulum Yosowilangun Lumajang ?
3. Adakah hubungan dari dukungan teman sebaya dengan penyusuain diri remaja di Pondok Pesantren Bustanul Ulum Yosowilangun Lumajang?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Memahami hubungan dari dukungan teman sebaya terhadap penyesuaian diri remaja di Pondok Pesantren Bustanul Ulum Yosowilangun Lumajang.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Menganalisis dukungan teman sebaya remaja di Pondok Pesantren Bustanul Ulum Yosowilangun Lumajang.
- b. Menganalisis penyesuaian diri remaja di Pondok Pesantren Bustanul Ulum Yosowilangun Lumajang.
- c. Menganalisis hubungan dukungan teman sebaya terhadap penyusuain diri remaja di Pondok Pesantren Bustanul Ulum Yosowilangun Lumajang.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Bisa membantu perkembangan ilmu keperawatan terutama terkait dukungan teman sebaya untuk remaja yang mengalami permasalahan dalam penyesuaian dirinya.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Untuk Institusi Pendidikan Keperawatan**

Bisa dipergunakan menjadi bahan pada peningkatan pelayanan medis atau keperawatan untuk mengembangkan dan meningkatkan dukungan secara sosial dari teman sebaya pada penyesuaian dirinya remaja.

#### **b. Untuk Peneliti Selanjutnya**

Hasil yang didapat diharap bisa membantu menabuh informasi mendasar untuk peneliti mendatang guna menyelenggarakan penelitian yang mempunyai kaitan pada hubungan dukungan teman sebaya dengan penyesuaian dirinya remaja.

#### **c. Untuk Pondok Pesantren**

Hasil yang didapat diharap bisa memberi remaja perspektif tentang manfaat interaksi terhadap teman sebayanya serta kepercayaan diri, yang dapat dipergunakan dalam membantu mereka menyesuaikan diri di pondok pesantren.