

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sebutan "*Dayah*" berasal dari kata dalam bahasa Arab yaitu *zawiyah* yang memiliki makna sudut atau pojok (Marhamah, 2018; Putri & Haikal, 2025). Menurut Qanun Aceh Nomor 5 Tahun 2008 Pasal 1 Ayat 29, dayah atau pesantren adalah lembaga pendidikan di mana para penuntut ilmu tinggal dan berfokus pada pendidikan Islam. Dalam qanun tersebut dayah terbagi menjadi dua kategori, yaitu dayah salafiyah dan dayah terpadu/modern (Pemerintah Aceh, 2008).

Dayah terpadu dapat dilihat sebagai bentuk tengah antara salafi dan modern. Salah satu tantangan terbesar dalam sistem pendidikan terpadu adalah keseimbangan antara tuntutan akademik dan keagamaan yang berpotensi menimbulkan tekanan bagi santri. Pada dayah terpadu, beban yang diemban oleh santri cenderung lebih kompleks karena mereka harus mampu mengikuti pendidikan formal yaitu sekolah pada pagi hari dan di siang atau malam hari akan mempelajari kitab-kitab klasik atau kitab-kitab kuning (Mulyani, dkk, 2025). Santri dituntut untuk mampu menguasai materi akademik dan keagamaan secara bersamaan, termasuk bahasa Arab dan bahasa Inggris sebagai bagian dari program kebahasaan. Ketidakseimbangan dalam pengelolaan tuntutan ini dapat berujung pada tekanan psikologis. Akibatnya, santri cenderung mengalami stres karena beban ganda yang dimiliki berbeda jauh dengan pelajar biasa yang hanya fokus pada pendidikan (Indra, dkk., 2025).

Kondisi pendidikan dengan tuntutan yang kompleks tersebut tidak hanya berdampak pada aktivitas fisik santri, tetapi juga berpengaruh terhadap kondisi psikologis mereka. Santri di lingkungan dayah mengalami tekanan psikologis yang ditandai oleh perasaan tertekan, kecemasan, serta kondisi emosional yang tidak menyenangkan sebagai respons terhadap tuntutan kehidupan sehari-hari di pesantren (Khairunnisa, dkk, 2024). Tekanan psikologis tersebut juga dapat muncul dalam bentuk kelelahan mental dan kekhawatiran berlebihan terhadap kemampuan diri dalam memenuhi berbagai tuntutan yang ada. Selain itu, santri menghadapi beragam stresor yang bersumber dari faktor internal maupun eksternal, sehingga tekanan tersebut sering kali dirasakan secara internal dan tidak selalu tampak secara langsung, namun tetap memengaruhi emosi, konsentrasi, dan kesejahteraan psikologis santri dalam menjalani aktivitas sehari-hari (Ahmed, dkk, 2023).

Bagi santri akhir, tuntutan di dayah semakin meningkat. Santri akhir tidak hanya menyelesaikan pembelajaran di berbagai bidang, tetapi juga wajib menulis karya ilmiah sebagai syarat kelulusan. Bersamaan dengan itu, mereka harus menghadapi banyaknya tugas dan ujian yang harus diselesaikan (Renata, dkk, 2023). Padatnya jadwal sekolah, mengaji, hafalan, dan ekstrakurikuler membuat santri akhir berada dalam tekanan tinggi (Amaliyah & Rini, 2024).

Untuk memperkuat pemahaman mengenai tekanan yang dialami santri akhir, peneliti melakukan wawancara awal pada tiga santri tingkat akhir di dayah

Madinatuddiniyah Jabal Nur mengenai strategi *coping* dalam menghadapi tuntutan akademik yang dialami santri. Hasil wawancara adalah sebagai berikut:

“Lumayan kepikiran sih, soalnya tugasnya kan banyak, belum lagi karya ilmiah yang harus menggunakan bahasa arab/ bahasa inggris. Biasanya kalau pikiran sudah penuh, saya berhenti dulu sebentar buat nenangin diri atau istirahat. Setelah itu saya coba ngerjain tugas satu per satu biar lebih terkontrol.” (NZM, 3/8/2025).

“Tekanan terbesar itu sebenarnya dari rasa takut nggak bisa memenuhi harapan guru sama orang tua. Rasa takut itu sering bikin kepikiran terus dan ngerasa terbebani. Hal-hal kecil sama teman kadang jadi terasa berat kalau lagi banyak beban. Agak stres sih, apalagi kalau tugas lagi banyak, sampai pikiran rasanya penuh dan kadang saya milih sering izin pulang” (HK, 3/8/2025).

“Kegiatannya padat, harus ikut jamaah, mengaji, sekolah, dan banyak tugas. Karena itu sering ngerasa pusing dan bingung mau ngerjain yang mana dulu. Biasanya saya menyusun ulang tugas yang ada dan menentukan mana yang harus dikerjakan lebih dulu, lalu mengerjakannya satu per satu supaya tugas bisa selesai” (AA, 3/8/2025).

Hasil wawancara awal menunjukkan bahwa santri tingkat akhir menghadapi tantangan selain tugas akademik, tetapi juga tekanan emosional dan sosial yang memerlukan pendekatan khusus untuk mengatasi stres. Tekanan emosional dapat terlihat dari kecenderungan perasaan cemas, marah, frustrasi, dan ketegangan batin ketika santri menghadapi tuntutan keseharian dan adaptasi terhadap ritme hidup yang ketat, yang tanpa dukungan memicu gejala stres seperti masalah tidur, permusuhan interpersonal, dan kesulitan mengatur emosi (Ayu & Suud, 2024). Selain itu, tekanan sosial juga muncul dari hubungan interpersonal dalam lingkungan pesantren, seperti tantangan dalam menjalin komunikasi dengan sesama santri, konflik perbedaan kebiasaan, dan tuntutan norma perilaku yang tinggi, yang dapat menimbulkan

perasaan terisolasi, rendah diri, atau kekhawatiran terhadap evaluasi sosial dari teman dan pengasuh (Musdalifah & Jannah, 2024).

Setiap individu memiliki cara tersendiri untuk menghadapi tekanan yang dialami. Proses tersebut dikenal dengan istilah *coping*. Strategi *coping* merupakan upaya mental dan tindakan perilaku yang dilakukan seseorang untuk meminimalkan efek tekanan dari keadaan yang dialaminya (Lazarus dan Folkman, 1984). Santri yang mampu menggunakan strategi *coping* secara adaptif umumnya dapat menjalani masa-masa penuh tekanan dengan lebih baik. Namun, tidak semua santri memiliki kemampuan atau kesadaran dalam memilih strategi *coping* yang tepat. Santri yang memiliki strategi pengelolaan stres yang efektif cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah (Quraini, dkk., 2024). Penerapan strategi *coping* pada santri dapat mengurangi kondisi stresnya dan meningkatkan kenyamanannya di dayah (El Imamah, dkk., 2025).

Hal itu sejalan dengan teori dari Lazarus dan Folkman (1984) menjelaskan bahwa keadaan stres yang dialami seseorang akan menimbulkan efek yang kurang menguntungkan baik secara fisiologis maupun psikologis. Individu tidak akan membiarkan dampak negatif tersebut berlanjut, sehingga mereka berupaya mengambil tindakan untuk mengatasinya. Tindakan yang dilakukan individu untuk menghadapi tekanan disebut strategi *coping*. Pemilihan strategi *coping* dipengaruhi oleh sejumlah faktor, seperti budaya, pengalaman hidup, lingkungan, karakter kepribadian, konsep diri, serta dukungan sosial. Faktor-faktor tersebut berpengaruh

terhadap kemampuan individu dalam menyelesaikan masalah. Sumber daya yang dimiliki individu dalam proses *coping* berperan dalam menentukan strategi yang akan dipilih ketika menghadapi masalah (Maryam, 2017).

Penelitian mengenai strategi *coping* santri akhir di konteks dayah terpadu masih jarang dilakukan, sehingga penelitian ini memiliki urgensi ilmiah untuk memahami bagaimana bentuk-bentuk strategi *coping* yang digunakan oleh santri tingkat akhir dalam menghadapi tuntutan akademik di Dayah Madinatuddiniyah Jabal Nur. Dengan mempertimbangkan latar belakang dan hasil wawancara awal tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti judul “Strategi *Coping* Santri Akhir dalam Menghadapi Tuntutan Akademik di Dayah Madinatuddiniyah Jabal Nur”.

1.2 Keaslian Penelitian

Penelitian Hasanah dan Sa’adah (2021) berjudul “*Gambaran Stres dan Strategi Coping pada Santri Tahfidz di Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah Asrama Al-‘Asyiqiyah*”. Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif dengan mengumpulkan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Subjek penelitian ini berjumlah empat santri tahfidz. Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan penyebab stres dan mengetahui strategi *coping* yang digunakan santri tahfidz di Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah Asrama Al-‘Asyiqiyah berdasarkan teori Lazarus dan Folkman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa santri tahfidz mengalami stres fisik, emosional, dan perilaku akibat kesulitan hafalan, jadwal padat, dan pembagian waktu. Mayoritas menggunakan *coping* berfokus emosi, sementara sebagian memilih strategi

problem focused seperti perencanaan dan *confrontative coping*. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya ialah penelitian sebelumnya berfokus pada santri tahfidz, sedangkan penelitian ini berfokus pada santri tingkat akhir dengan beban akademik saat mengerjakan karya ilmiah.

Penelitian Sodiq, dkk (2023) berjudul “*Strategi coping santri penghafal Al-Qur’an 30 juz di Kudus*”, Penelitian ini menerapkan metode kualitatif dengan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Subjek terdiri dari empat santri, yang terdiri dari dua laki-laki dan dua perempuan, dengan rentang usia 20–28 tahun dan lama tinggal di pondok antara 1–10 tahun. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengkaji sumber stres dan mendeskripsikan strategi *coping* yang digunakan oleh santri penghafal Al-Qur’an dalam menghadapi kejenuhan dan tekanan selama menghafal di pondok pesantren. Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres santri dipengaruhi faktor internal, keluarga, dan lingkungan. Strategi *coping* yang digunakan meliputi *problem-focused* dan *emotional-focused*, seperti pemecahan masalah, pengambilan keputusan, tindakan langsung, serta mencari dukungan sosial. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya ialah fokus subjek, konteks beban, dan dasar teori yang digunakan. Penelitian sebelumnya meneliti santri tahfidz dengan tekanan utama pada hafalan Al-Qur'an dan orang dewasa. Sebaliknya, penelitian ini meneliti santri tingkat akhir yang menghadapi tuntutan akademik serta penyusunan karya ilmiah.

Penelitian Izah, dkk (2023) berjudul “*Stres dan Strategi Coping pada Mahasiswa yang Bertempat Tinggal di Pondok Pesantren*”. Penelitian ini menerapkan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Pengambilan subjek menggunakan teknik *purposive sampling* dengan karakteristik mahasiswa perempuan berusia 18–25 tahun yang bertempat tinggal di Pondok Pesantren Tahaffudzul Qur’an Putri Semarang. Data penelitian dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan stres dan strategi *coping* pada mahasiswa yang bertempat tinggal di pondok pesantren. Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres yang dialami subjek bersumber dari kesulitan beradaptasi, ketidakmampuan mengelola waktu, tuntutan akademik, tuntutan orang tua, serta padatnya kegiatan pondok. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya ialah penelitian sebelumnya berfokus pada mahasiswa perempuan yang tinggal di pondok pesantren dan menghadapi tuntutan perkuliahan serta kegiatan pondok, sedangkan penelitian ini berfokus pada santri tingkat akhir yang menghadapi tuntutan akademik serta penyusunan karya ilmiah di dayah.

Penelitian Safitri dan Mufaridah (2025) berjudul “*Coping Strategy Pada Eks-Santri Binaan Di Pondok Pesantren Salafiyah Syafi’iyah Sukorejo Situbondo*”. Penelitian ini menerapkan metode kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Data penelitian dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Subjek penelitian terdiri dari tiga santri binaan yang mendapatkan sanksi skorsing di Pondok

Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo Situbondo dan menjalani pembinaan sebelum kembali melanjutkan pendidikan di pondok pesantren. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan *coping strategy* yang dilakukan oleh santri binaan serta dampak positif dari *coping strategy* yang digunakan selama menghadapi kondisi tertekan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa santri binaan menggunakan *emotion-focused coping* dan *problem-focused coping* secara bersamaan. Dampak positif yang dirasakan meliputi kemampuan menerima diri dan keadaan, membangun relasi dengan orang baru, lebih menaati peraturan pesantren, serta menjalin hubungan yang baik dengan orang lain dan lingkungan sekitar. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya ialah penelitian sebelumnya berfokus pada eks-santri binaan yang menghadapi tekanan akibat sanksi skorsing dan pembinaan, sedangkan penelitian ini berfokus pada santri tingkat akhir yang menghadapi tuntutan akademik serta penyusunan karya ilmiah.

Penelitian Quraini, dkk (2024) berjudul “*Strategi Coping dengan Tingkat Stres pada Santri Baru Asrama Putri Azzubaidah di Pondok Pesantren An-Nur 1 Bululawang Malang*”. Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif dengan desain korelasional cross-sectional. Jumlah subjek sebanyak 57 santri baru dipilih dengan teknik simple random sampling. Penelitian ini bertujuan menganalisis sejauh mana kemampuan santri dalam menggunakan strategi *coping* berpengaruh terhadap tingkat stres yang mereka alami selama proses adaptasi di lingkungan pesantren. Temuan penelitian menunjukkan hubungan positif yang kuat antara strategi *coping* dan tingkat

stres ($p = 0,000$; $r = 0,629$). Semakin tinggi *coping*, semakin tinggi pula stres yang dialami, khususnya pada santri baru yang masih beradaptasi dengan lingkungan pesantren. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada subjek, metode, dan konteks penelitian. Penelitian sebelumnya meneliti santri baru yang sedang menghadapi tekanan adaptasi di lingkungan pesantren dengan menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional, sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan berfokus pada santri tingkat akhir yang menghadapi beban akademik serta penyusunan karya ilmiah.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana strategi *coping* yang digunakan oleh santri tingkat akhir dalam menghadapi tuntutan akademik di Dayah Madinatuddiniyah Jabal Nur?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk memahami strategi *coping* yang digunakan oleh santri akhir dalam menghadapi tuntutan akademik di Dayah Madinatuddiniyah Jabal Nur.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

- A. Penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan keilmuan di bidang psikologi pendidikan, khususnya mengenai strategi *coping* pada santri akhir di pesantren terpadu.
- B. Melalui penelitian ini diharapkan juga dapat digunakan sebagai acuan bagi penelitian selanjutnya yang meneliti topik sejenis dengan latar dan subjek berbeda.

1.5.2 Manfaat Praktis

- A. Bagi santri, penelitian ini mampu memberikan pemahaman mengenai berbagai strategi *coping* yang dapat digunakan untuk menghadapi tekanan akademik, sehingga dapat membantu mengelola tekanan lebih adaptif.
- B. Bagi wali santri akhir, penelitian ini dapat menjadi acuan untuk memberikan dukungan yang lebih sesuai baik dalam bentuk komunikasi, pendampingan emosional, maupun pemantauan kondisi anak selama menjalani pendidikan di dayah.
- C. Bagi pihak dayah, penelitian ini dapat memberikan masukan dalam penyusunan program pendampingan bagi santri, terutama santri akhir yang sedang menyelesaikan karya ilmiah.