

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa yang penuh dengan kekalutan emosi, introspeksi yang berlebihan, kisah yang besar, dan sensitivitas yang tinggi. Masa remaja adalah masa pemberontakan dan percobaan tingkah laku (Lubis, 2009: 53).

Akan tetapi beberapa remaja memilih untuk masuk ke sekolah yang berbasis pondok pesantren yang memiliki beberapa peraturan yang harus dipatuhi. Dan mereka siap untuk hidup lebih mandiri dengan meninggalkan zona kenyamanan yang ada di keluarga. Akan tetapi tidak sepenuhnya remaja tersebut luput dari pengawasan dan perhatian dari orang tua, di pondok pesantren mereka mempunyai pengganti orang tua, yaitu pengasuh dan pengurus pondok pesantren tersebut. Pesantren memiliki tradisi kuat dalam mensosialisasikan nilai-nilai dan menurunkan pemikiran para pendahulunya dari generasi ke generasi.

Sejak semula, pesantren telah menjadi pusat pembelajaran dan dakwah. Sebagai lembaga pendidikan tertua di Indonesia, pesantren memainkan peran yang sangat penting dalam sejarah pendidikan. Sebelum sistem pendidikan modern diperkenalkan oleh Belanda, pesantren adalah satu-satunya sistem pendidikan yang ada di Indonesia. Pesantren juga memainkan peran tidak tergantikan dalam penyebaran Islam di Indonesia (Marhumah, 2011: 1).

Penelitian tentang pesantren telah banyak dilakukan yang mana hal itu menunjukkan keragaman dari berbagai segi. Sebagian besar penelitian berbicara tentang “Tradisi Pesantren” oleh Zamakhsyari Dhofier pada tahun 1980, “Nilai-Nilai Pendidikan Di Pesantren” oleh Abdurrahman Mas’ud pada tahun 2004, dan “Kiai dan Kekuasaan” oleh Endang Turmudi pada tahun 2007, yang kesemuanya memandang pesantren dari sudut pandang yang berbeda-beda (Marhumah, 2010:10).

Salah satu unsur yang harus dimiliki pondok pesantren adalah keberadaan santri. Geertz menjelaskan bahwa santri memiliki arti sempit dan arti luas. Santri secara sempit adalah seorang pelajar sekolah agama yang disebut pesantren. Adapun dalam arti yang lebih luas kata santri mengacu pada seorang anggota bagian penduduk Jawa yang menganut Islam dengan sungguh-sungguh (Ziemek, 1986:99).

Kehidupan di pesantren sangat dikenal dengan kepatuhan dan kemandirian santrinya. Kepatuhan terhadap Kiai dan kemandirian menjadi dua aspek psikologis yang sangat lekat dengan kehidupan santri di pesantren. Kepatuhan adalah perubahan sikap dan tingkah-laku seseorang untuk mengikuti permintaan atau perintah orang lain (Hartono, 2006:1).

Dalam pondok pesantren ada juga sistem organisasi yang mengurusnya, mulai dari pengasuh hingga pengurus pondok pesantren yang dijabat oleh santri-santri yang bertempat tinggal di pondok pesantren tersebut, karena dalam ajaran Islam urgensi pemimpin dalam komunitas muslim merupakan suatu kepastian, bahkan Rasulullah mengingatkan dalam batas dan wilayah

yang sangat kecil sekalipun pemimpin itu sudah harus diadakan (Kayo, 2005: 86).

Menjadi pengurus pondok pesantren tidak begitu mudah untuk dilakukan, selain tanggung jawabnya yang besar, pengurus pondok pesantren juga merupakan siswa remaja yang masih memiliki kekalutan emosi, dan ego. Tetapi mereka harus mengurus atau mendampingi setiap santri yang juga merupakan siswa, pengurus pondok dituntut secara langsung maupun tidak langsung harus terlihat sempurna dipandangan teman-teman santri yang lain, atau bahkan temannya sendiri. Padahal perilaku remaja umumnya ditandai dengan *mood* yang naik turun, *mood* ini juga berubah tiap hari.

Remaja memiliki keinginan yang kuat untuk melepaskan diri dari keterikatan, tuntutan, dan tekanan dari orang dewasa khususnya orang tua, sehingga remaja mencari dukungan sosial melalui teman sebaya. Teman sebaya (*peer group*) menjadi sarana sekaligus tujuan dalam pencarian jati diri remaja. Memasuki masa remaja berarti memasuki tahap *storm and stress* dalam perkembangan jiwa manusia, yaitu masa remaja yang penuh dengan masalah, tuntutan, dan tekanan dalam hidupnya. Sikap, pikiran, pemahaman, penentuan pendapat, serta emosinya masih terus berkembang dan belum stabil.

Depresi bisa menjadi respons sementara terhadap situasi maupun stress. Pada remaja, *mood* sedih adalah hal yang umum karena proses kedewasaan, stress berhubungan dengan kedewasaan, pengaruh hormon seksual, dan konflik kebebasan dengan orang tua. Walaupun normal bagi remaja untuk mengalami perubahan suasana perasaan, tetapi hal tersebut menjadi tidak normal jika berlarut-larut dengan kekacauan emosi yang luar biasa.

Masalah kesehatan mental adalah seluruh gejala atau pola perilaku seseorang yang berkaitan dengan tekanan (distress) dan ketidakmampuan seseorang. Perubahan perilaku ini beresiko kematian, penyakit, dan ketergantungan. Masa remaja merupakan suatu periode transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang merupakan waktu kematangan fisik, kognitif, sosial, dan emosional yang cepat (Utami, 2011: 42).

Penyebab depresi dapat dipandang dari berbagai pendekatan, yaitu medis, psikologis, dan sosiokultural. Depresi dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Wanita memiliki kecenderungan hampir dua kali lipat lebih besar daripada pria untuk mengalami depresi mayor (Nevid, 2003: 232). Remaja perempuan dua kali lebih banyak daripada remaja laki-laki yang mengalami depresi. Pada usia 15 tahun perempuan memiliki kecenderungan 2 kali lebih besar daripada laki-laki terkena depresi. (Lubis, 2009: 54).

Remaja perempuan secara konsisten memperlihatkan tingkat gangguan depresif dan masalah suasana hati yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja laki-laki (Santrock, 2003: 529).

Menurut beberapa penelitian (Lubis, 2009: 54) sekitar 5% dari remaja menderita simtom depresi, misalnya kesedihan yang menetap, prestasi yang menurun dan kurangnya ketertarikan pada tugas yang dahulu disukai. Untuk dapat seseorang didiagnosis **menderita major depression**, maka simtom-simtom depresi misalnya keinginan bunuh diri, mudah tersinggung, kurangnya nafsu makan, dan hilangnya ketertarikan dalam aktivitas sosial harus berlangsung selama periode paling sedikit dua minggu.

Mengenai suasana hati yang tertekan, sekitar 25 sampai 40 persen remaja **perempuan** mengaku telah mengalami suasana hati yang tertekan selama 6 bulan terakhir, dan 15 sampai 20 persen remaja laki-laki mengalaminya. Diperkirakan ada 5 persen remaja yang memiliki sindrom depresif (Santrock, 2003: 528).

Depresi bisa timbul akibat kejadian yang tidak menyenangkan, misalnya kematian dari anggota keluarga atau teman, putus cinta, atau kegagalan di sekolah. Remaja yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah, selalu tidak puas dengan diri sendiri, atau merasa tidak berdaya ketika suatu kejadian buruk terjadi lebih beresiko terkena depresi ketika mengalami kejadian yang tidak menyenangkan (Lubis, 2009: 53).

John Bowlby (Santrock, 2003: 530) berpendapat bahwa ikatan antara ibu dan anak yang tidak memberikan rasa aman, tidak adanya cinta dan kasih sayang dalam pengasuhan anak, atau kehilangan salah satu orang tua di masa kanak-kanak akan menciptakan set kognitif yang negatif. Dan kognitif merupakan komponen dari terbentuknya konsep diri. Apabila set kognitif remaja tersebut negatif, maka konsep diri dari remaja itupun juga akan menjadi negatif.

Berdasarkan penelitian terdahulu (Sukmawati, 4) menunjukkan bahwa sumbangan efektif konsep diri terhadap munculnya kecenderungan depresi adalah sebesar 42,9%, sedangkan untuk sisanya 57,1% disumbangkan oleh faktor-faktor lain baik dari faktor internal maupun faktor eksternal. Hasil penelitian juga ditemukan beberapa kasus bahwa subjek yang memiliki konsep diri yang tinggi namun tetap saja memiliki kecenderungan depresi pada siswa-

siswi kelas 2 SMA Santo Yosef Surakarta sebagai subjek penelitian, sehingga konsep diri bukan secara murni sebagai pemicu munculnya kecenderungan depresi, namun kasuskasus dari data yang diperoleh tersebut ditemukan bahwa kecenderungan depresi terjadi antara lain karena faktor usia, dimana subjek tersebut berada pada tahap usia remaja tengah.

Konsep diri adalah apa yang terlintas dalam pikiran saat berpikir tentang diri sendiri. Pada hakikatnya, konsep diri kita sangat tergantung pada cara kita membandingkan diri kita dengan orang lain. Orang dengan konsep diri negatif akan cenderung mengalami tingkat depresi yang lebih tinggi, bersikap pesimistik terhadap kehidupan dan kesempatan yang dihadapinya (Winasis, 2009: 5).

Perasaan negatif dapat muncul saat para pengurus pondok pesantren merasa gagal untuk mengendalikan atau mengarahkan santri-santri lain agar tidak melanggar peraturan, dan ketika santri sedang mengalami mood sedih, banyak tugas sekolah yang harus diselesaikan akan tetapi dia juga punya tugas di pondok pesantren, akan tetapi hasilnya kurang memuaskan.

Selain itu pada dasarnya perempuan mengalami lebih banyak periode depresi dibanding laki-laki hampir disepanjang hidup mereka, kecuali mungkin ketika mereka mencapai usia tua akhir (Davison, 2006: 758).

Berdasarkan sudut pandang teoritis dan realitas yang dijelaskan di atas maka peneliti tertarik untuk mengambil judul ” Hubungan Antara Konsep Diri dengan Depresi Pada Santri yang Menjadi Pengurus Pondok Pesantren (Studi di Pondok Pesantren Putri Al-Lathifiyyah I Tambak Beras Jombang) ”.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana konsep diri santri yang menjadi pengurus pondok pesantren?
2. Bagaimana depresi santri yang menjadi pengurus pondok pesantren?
3. Apakah ada hubungan antara konsep diri dengan depresi pada santri yang menjadi pengurus pondok pesantren?

## **C. Tujuan**

1. Mengetahui konsep diri pada santri yang menjadi pengurus pondok pesantren
2. Mengetahui depresi pada santri yang menjadi pengurus pondok pesantren
3. Mengetahui hubungan antara konsep diri dengan depresi pada santri yang menjadi pengurus pondok pesantren

## **D. Manfaat**

Penelitian ini di samping memiliki tujuan-tujuan tertentu, juga mencakup dua manfaat utama, yaitu manfaat teoretis dan praktis:

1. Manfaat teoretis: Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan keilmuan alam bidang Psikologi khususnya dan menambah khazanah pengetahuan dan wawasan dalam keilmuan sosial pada umumnya.
2. Manfaat praktis:
  - a. Peneliti: sebagai bahan informasi untuk belajar memahami faktor-faktor yang mempengaruhi depresi pada santri yang menjadi pengurus.
  - b. Pesantren: Menjadi wacana untuk mengatasi stres dan depresi pada warga pondok pesantren, memberi pengetahuan tentang konsep diri dan perasaan yang dialami oleh pengurus, agar teman-teman atau santri lainnya bisa menghargai dan mengerti tugas seorang pengurus.

- c. Fakultas psikologi: Memberi masukan sebagai acuan atau bahan pertimbangan untuk penelitian lebih lanjut.
- d. Santri yang menjadi pengurus : Dapat digunakan oleh pengurus untuk mengetahui tentang bagaimana cara menjalani tanggungjawabnya dengan senang, dan tanpa depresi.

