

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pondok pesantren merupakan bagian dari sistem pendidikan nasional yang kini sudah menyebar di Indonesia. Tercatat dalam Badan Penelitian dan Pengembangan Diklat Kementerian Agama pada tahun 2017 menunjukkan pondok pesantren mencapai angka 27.230 pondok pesantren (Novarianing Asri et al., 2020).

Penghuni pondok pesantren secara umum adalah remaja. Remaja merupakan populasi terbesar di penduduk dunia. World Health Organization (WHO, 2016) mengatakan bahwa remaja yang berumur 10- 19 tahun dan 100 juta berada di negara berkembang. Perkembangan pada remaja ini memiliki dampak yang berbeda pada setiap orangnya, masa remaja adalah masa perubahan dari anak-anak menuju dewasa. Rentang remaja cukup panjang dan (WHO, 2016) membagi kurun usia dalam dua bagian, yaitu remaja awal 10-14 tahun dan remaja akhir yaitu 15-20 tahun. Penelitian oleh Widiarti (2017) melaporkan bahwa rata-rata usia remaja tingkat akhir bahkan cenderung lebih memilih untuk melanjutkan pendidikan di sekolah umum dari pada di pondok pesantren dikarenakan tidak adanya ketertarikan di bidang akademik yang mengandung unsur keislaman ataupun ketatnya peraturan dan asumsi tentang kehidupan pesantren masih menggunakan hukuman fisik.

Pada usia remaja masa transisi dapat diterima dengan baik, bahkan diantara remaja tersebut mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan (Kania Saraswatia et al., 2016). Remaja yang tidak siap akan terjadinya berbagai perubahan dan masalah kehidupan yang menjadikan faktor yang penyebab remaja beresiko depresi dan kemudian akan mempengaruhi konsep diri pada remaja tersebut (Saifullah, 2016). Pengambilan keputusan yang dilakukan oleh remaja tersebut dapat diukur dari penerimaan sosialnya, begitu pula dengan konsep diri yang dimilikinya. Pengambilan keputusan ini muncul dengan adanya evaluasi diri supaya remaja dapat hidup dan menyesuaikan diri dengan kondisi sosialnya ketika hidup di pondok pesantren (Syahraeni, 2020). Keputusan untuk hidup di pondok pesantren bukanlah hal yang mudah apabila memang bukan keinginan dari hati remaja untuk masuk ke pondok pesantren, melainkan keinginan orang tua sehingga masalah inilah yang akan mempengaruhi hasil dari kualitas diri seorang remaja dalam mengikuti kegiatan didalamnya (Nurjanah, 2019).

Kehidupan di pondok pesantren memang berbeda dengan sekolah umum, dimana santri wajib untuk tinggal di asrama dengan berbagai aturan dan larangan untuk seluruh santri. Contoh larangan bagi santri untuk meninggalkan lingkungan pondok, tidak diperkenankan untuk berkomunikasi dengan lawan jenis, tidak diperbolehkan untuk menggunakan handphone dan berbagai aturan yang lainnya. Aturan dan larangan ini yang akan menyebabkan para santri merasa tidak nyaman dan tersiksa ketika harus hidup di pesantren, sehingga sama halnya santri ini tidak memiliki penerimaan sosial yang baik terhadap pondok pesantren sehingga santri akan melarikan diri atau bahkan keluar dari pondok pesantren. Berbeda dengan santri yang dapat menerima dengan baik kehidupan di pondok pesantren, maka santri akan merasa nyaman dan sanggup untuk bertahan untuk tetap tinggal di pesantren (Rahim, 2017)

Kepatuhan dan kemandirian dalam kehidupan atau kegiatan di Pesantren tersebut menjadi dua aspek yang tidak dapat lepas dari kehidupan para santri di pesantren. Padatnya kegiatan di pesantren akan menambah pengalaman baik ataupun buruk pada remaja. Pengalaman tersebut akan mempengaruhi perubahan sikap dan tingkah laku dari para santri untuk melakukan ataupun mengikuti peraturan yang berlaku. Adaptasi dari remaja yang awal mulanya tinggal bersama orang tua mereka harus mandiri dan siap untuk meninggalkan zona nyaman yang ada di keluarga sebelumnya (Ghofur A, 2018).

Ketidakkemampuan remaja yang tinggal di pondok pesantren untuk mengikuti kegiatan belajar dengan baik karena membutuhkan waktu penyesuaian dari remaja untuk beradaptasi dengan tempat baru dan muncul tekanan atau depresi pada dirinya sehingga menimbulkan munculnya konsep diri pada remaja tersebut ketika hidup di pesantren (Setiawati et al., 2017). Gejala depresi mulai muncul ketika remaja sudah menjalankan kegiatan di kehidupan barunya. Depresi yang muncul akan mempengaruhi konsep diri yang lebih cenderung untuk merasakan kesedihan atau perasaan akan malapetaka. Gejala depresi ini dapat muncul dan mencakup satu atau beberapa hal yang meliputi beberapa kegiatan di pesantren sebagai contoh yaitu remaja kehilangan minat pada hobi dan aktivitas normal, perubahan pola tidur dan nafsu makan, kehilangan energi, perasaan mudah tersinggung, membenci diri sendiri, sulit berkonsentrasi. Depresi pada remaja di pesantren dapat disebabkan oleh faktor biologis dan fisiologis atau pada hormon di masa peralihan. Perubahan emosionalitas, pengaruh sosial dan tekanan yang muncul sehingga menyebabkan gangguan penyesuaian diri pada remaja yang mendorong timbulnya stress dan depresi secara terus menerus.

Konsep diri yang kuat, akan mampu menghadapi berbagai perubahan dan bersikap positif terhadap diri seorang santri dan terhadap lingkungannya. Berbeda dengan santri yang tidak memiliki konsep diri, akan selalu terombang-ambing oleh ketidakpastian, ragu-ragu, dan rendah diri. Hal itu akan lebih menyedihkan ketika santri tidak mampu menghadapi perubahan-perubahan dalam dirinya sehingga memiliki sikap negatif terhadap dirinya sendiri, misalnya merasa dirinya kecil, tidak menarik, dan tidak berarti. Konsep diri sangat dibutuhkan oleh santri, karena tanpa konsep diri yang baik santri mungkin akan mematuhi atau menaati peraturan yang berlaku akan tetapi secara terpaksa, karena sikap tersebut muncul bukan dari kesadaran diri santri melainkan sikap tersebut muncul akibat paksaan untuk mematuhi aturan yang berlaku di pondok pesantren (Anjastya Henggar Awang, 2020).

Kemampuan santri dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan merupakan salah satu tanda kesehatan mental santri. Menyesuaikan diri di pondok pesantren tidaklah mudah, ada kasus santri yang melarikan diri dan keluar pondok diam-diam merupakan salah satu masalahnya. Ketidakmampuan santri yang tinggal di pondok pesantren untuk mengikuti kegiatan belajar dengan baik karena membutuhkan waktu penyesuaian untuk beradaptasi dengan tempat baru dan muncul tekanan atau depresi pada dirinya sehingga menimbulkan munculnya masalah kesehatan mental pada santri tersebut ketika hidup di pesantren (Novarianing Asri et al., 2020).

Penelitian oleh (Poerwanto & Murdiyani, 2021) mendapati bahwa remaja yang tinggal di pondok pesantren memiliki tingkat depresi yang lebih berat daripada remaja yang tinggal di rumah dengan tingkat depresi yang tinggi 39,7%, kecemasan 67,1% dan stress 44,9% pada siswa pondok pesantren dengan norma dan aturan yang ketat sehingga menyebabkan depresi dan muncul beberapa gambaran konsep diri pada remaja yang mengalami depresi tersebut.

Penelitian oleh (Mufti Efendi et al., 2019) di Pondok Pesantren Modern Imam Syuhodo dengan jumlah 170 santri mendapatkan hasil bahwa pengaruh konsep diri dan pola asuh terhadap konformitas santri hanya dilakukan 51,1% dan masih menyisakan 48,9% yang belum dilakukan penelitian. Hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa semakin positif konsep diri santri yang muncul maka akan semakin baik pula kehidupan yang dijalannya di lingkungan pondok. Sebaliknya, semakin negatif konsep diri yang muncul pada santri maka akan semakin buruk pula kehidupannya, bahkan dengan konsep diri yang buruk itu pula akan menimbulkan gejala stres ataupun depresi pada santri.

Santri yang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan pondok pesantren merupakan salah satu tanda santri yang memiliki kesehatan mental yang sehat. Keadaan di pondok pesantren tidak menjamin santri untuk nyaman dan mau menjalani segala peraturan yang ada di pondok pesantren. Sebagai contoh, kasus santri pulang ke rumah tanpa izin dari pengasuh. Hal tersebut merupakan bukti bahwa hidup di pondok pesantren tidaklah mudah. Bagi santri yang belum bisa menyesuaikan diri terhadap lingkungan pondok pesantren, maka akan muncul rasa cemas, takut, gelisah, tidak bisa tidur, tidak enak makan dan lain sebagainya (Musri, 2020).

Kesehatan mental dan perkembangan jiwa keagamaan santri sangat berkaitan. Adapun ciri-ciri mental yang sehat yaitu ketika perkembangan jiwa keagamaan santri itu baik contohnya ketika santri mampu memiliki akhlakul karimah, dapat mengimplementasikan yang ia dapat di pesantren, dan istiqomah dalam menjalankan kewajiban ibadah yang wajib beserta yang sunahnya. Sedangkan ciri-ciri mental yang tidak sehat yaitu ketika para santri merasakan terganggu dengan lingkungan yang dapat mengganggu kenyamanan santri dan ketidak mampuan santri untuk menyerap apa yang disampaikan oleh pengajar. Kesehatan mental dan perkembangan jiwa keagamaan santri sangat berkaitan, ketika para santri memiliki mental yang sehat maka perkembangan jiwa keagamaan remaja santri pun akan menjadi baik. Adapun sebaliknya ketika mental para santri tidak sehat maka perkembangan jiwa keagamaan mereka pun akan terganggu (Fatimah, 2019).

Pondok pesantren Muhammadiyah Boarding School atau yang lebih dikenal dengan MBS berdiri tahun 2008 di Desa Bokoharjo, Kecamatan Prambanan, Kabupaten Sleman. Penting bagi pondok pesantren untuk menyadari pentingnya kesehatan mental santri dan menyediakan lingkungan yang mendukung. Beberapa langkah yang dapat diambil untuk mengatasi masalah kesehatan mental santri pondok pesantren meliputi: Mengadakan program penyuluhan tentang kesehatan mental, stres, dan cara mengelola emosi bagi santri dan staf pondok pesantren. Memfasilitasi bimbingan dan konseling bagi santri yang menghadapi masalah kesehatan mental. Dalam konteks pondok pesantren, konseling dapat mencakup komponen spiritual. Menyediakan fasilitas rekreasi dan olahraga yang dapat membantu santri mengatasi stres dan meningkatkan kesejahteraan mental mereka. Perlu diingat bahwa masalah kesehatan mental harus ditangani dengan serius dan sensitivitas. Jika seorang santri mengalami masalah kesehatan mental yang parah, penting untuk segera mencari bantuan dari profesional kesehatan mental atau layanan medis yang sesuai. Kehidupan di Pondok Pesantren akan berdampak pada psikologis remaja, karena pada masa

ini remaja mempunyai kekuatan emosi, instropeksi lebih, dan sensitivitas yang tinggi dibandingkan masa sebelumnya. Apabila remaja mampu untuk mejalani kehidupan dan kegiatan dipesantren dengan menjalankan aturan atau menjauhi larangan pondok pesantren justru akan menjadikan dirinya sesuai harapan. Jika santri tidak mampu untuk menyelesaikan masalah tersebut maka akan muncul tekanan dalam diri bahkan akan mengurung diri atau pergi dan keluar dari pondok pesantren karena merasa tidak nyaman.

Studi pendahuluan mendapatkan hasil bahwasanya para santri merasa tertekan dan susah berkonsentrasi saat mengikuti proses belajar mengajar. Seringkali pandangan terlihat kosong dan saat dilakukan wawancara tidak fokus. Sesuai dengan hasil studi pendahuluan tersebut beberapa santri sering mengurung diri dan susah untuk diajak bersosialisasi hal ini tidak luput karena tuntutan akademik dan bukan atas kemauannya untuk melanjutkan sekolah di pondok pesantren, melainkan tuntutan dari kedua orang tua. Hal yang perlu dikhawatirkan justru hal seperti ini yang menujung munculnya depresi atau tekanan pada anak remaja yang nantinya justru akan menimbulkan gambaran konsep diri yang buruk pada remaja.

Latar belakang diatas mendasari peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Konsep Diri dengan Kesehatan Mental Santri Putra SMP Pondok Pesantren Muhammadiyah Boarding School Yogyakarta.

## **B. Rumusan Masalah**

Permasalahan konsep diri pada santri yang terjadi di Pondok Pesantren yang berdampak pada prestasi belajar, kemampuan adaptasi dan menyesuaikan diri di lingkungan pondok pesantren. Konsep diri negatif merupakan persepsi yang pesimis dan susah untuk mengambil keputusan, sensitif terhadap kritik, dan responsif terhadap pujian. Kemampuan santri dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan merupakan salah satu tanda kesehatan mental santri. Ketidakmampuan santri yang tinggal di pondok pesantren untuk mengikuti kegiatan belajar dengan baik karena membutuhkan waktu penyesuaian untuk beradaptasi dengan tempat baru dan muncul tekanan atau depresi pada dirinya sehingga menimbulkan munculnya masalah kesehatan mental pada santri ketika tinggal di pesantren.

Latar belakang dan fenomena yang terjadi, menjadi rujukan peneliti merumuskan masalah: “Apakah ada hubungan konsep diri dengan kesehatan mental santri putra SMP pondok pesantren Muhammadiyah Boarding School Yogyakarta”

## **C. Tujuan Penelitian**

## 1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan konsep diri dan kesehatan mental santri putra SMP Pondok Pesantren Muhammadiyah Boarding School Yogyakarta.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mendeskripsikan karakteristik responden santri putra SMP yang meliputi umur, jenis kelamin, dan lama tinggal di pondok.
- b. Untuk mendeskripsikan konsep diri santri Pondok Pesantren MBS Yogyakarta
- c. Untuk mendeskripsikan kesehatan mental santri putra SMP Pondok Pesantren MBS Yogyakarta
- d. Menganalisis hubungan konsep diri dan kesehatan mental santri putra SMP Pondok Pesantren MBS Yogyakarta

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan sumbangan keilmuan khususnya bagi keilmuan keperawatan. Sehingga dari hasil tersebut dapat diketahui apakah teori dengan konsep diri dapat digunakan dalam menganalisis permasalahan dalam lingkungan masyarakat khususnya pesantren. Penelitian ini juga diharapkan dapat menambah referensi dalam bidang ilmu keperawatan khususnya penelitian yang berkaitan dengan konsep diri dan kesehatan mental santri di pondok pesantren.

### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Institusi Pendidikan Universitas Muhammadiyah Klaten  
Hasil penelitian yang di peroleh, dapat memberikan manfaat dan menambah hasil bacaan sekaligus memberikan tambahan referensi literature, mengenai konsep diri dan kesehatan mental santri putra SMP Pondok Pesantren MBS Yogyakarta
- b. Bagi Penelitian Selanjutnya  
Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi dan data pembanding untuk mengembangkan penelitian lainnya terkait dengan konsep diri dan kesehatan mental santri putra SMP Pondok Pesantren MBS Yogyakarta.
- c. Bagi Responden  
Manfaat yang diharapkan adalah hasil penelitian tersebut responden dapat mengetahui konsep diri dan kesehatan mental santri putra SMP Pondok Pesantren MBS Yogyakarta.

## E. Keaslian Penelitian

Penelitian dengan judul “Hubungan Konsep Diri dan Kesehatan Mental Santri Putra SMP Pondok Pesantren MBS Yogyakarta” berhubungan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yaitu:

1. Penelitian oleh Reski (2017) dengan judul “Gambaran Konsep Diri dan Kedisiplinan Belajar Siswa” tujuan dari penelitian yaitu untuk mengamati gambaran konsep diri yang muncul dan mempengaruhi proses kedisiplinan belajar pada siswa. **Metode** penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian deskriptif komparatif. Sampel yang digunakan siswa SMK N 2 Sungai Penuh diambil dari satu kelas dengan jumlah siswa sebanyak 76 siswa, 38 siswa yang disiplin belajar. Menggunakan teknik presentase dalam pengambilan analisa data. **Hasil** penelitian mendapati bahwa konsep diri siswa yang disiplin dalam belajar 16 orang (42,11%) dalam kategori baik, 21 orang (55,26%) dalam kategori cukup baik dan 1 orang (1%) dalam kategori kurang baik dan mendapati pula secara keseluruhan konsep diri siswa yang kurang disiplin belajar dengan kategori baik 40,52%, kategori cukup baik 55,79% dan kurang baik 3,69%. **Persamaan** penelitian pada variabel bebas. **Perbedaan** penelitian dalam karya tulis ilmiah ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada judul penelitian, variabel penelitian, sampel, teknik pengambilan sampel dan tempat penelitian. Penelitian dilakukan di Pondok Pesantren MBS Yogyakarta.
2. Penelitian oleh Sani dkk (2015) dengan judul “Gambaran Konsep Diri dan Pengambilan Keputusan Menjadi Santri di Pondok Modern Assalaam Temanggung” **Tujuan** dari penelitian yaitu untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan pengambilan keputusan menjadi santri di Pondok Modern Assalaam Temanggung. **Metode** penelitian yang digunakan adalah metode skala Model Likert dengan melakukan penelitian pada santri Pondok Modern Assalaam yang berjumlah 87 orang. Pengambilan sampel yang digunakan yaitu teknik Cluster random sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif (60,5%) antara konsep diri dengan pengambilan keputusan menjadi santri Di Pondok. **Persamaan** penelitian terletak pada variabel bebas dan tehnik pengambilan sampel **Perbedaan** penelitian dalam karya tulis ilmiah ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada judul penelitian, variabel bebas penelitian, sampel, dan tempat penelitian. Penelitian dilakukan di Pondok Pesantren MBS Yogyakarta.

3. Penelitian oleh Widiarti (2017) dengan judul “Gambaran Konsep Diri (Self Concept) dan Komunikasi Pada Siswa SMP se Kota Yogyakarta”. **Tujuan** penelitian tersebut yaitu untuk mengetahui gambaran konsep diri dan komunikasi yang muncul pada siswa SMP se Kota Yogyakarta. **Metode** penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Sampel yang digunakan sebagian siswa SMP Negeri di Yogyakarta sebanyak 15 sekolah yang diambil dengan metode rancangan *cluster multi stage sampling* atau sampling bertingkat. Teknik pengambilan data menggunakan kuisioner yang memuat tentang pernyataan konsep diri. **Hasil** penelitian yang diperoleh yaitu konsep diri siswa berimbang antara konsep diri yang rendah 222 orang (49,4%) dengan yang memiliki konsep diri yang tinggi yaitu 227 orang (50,6%).

**Persamaan** penelitian pada variable bebas dan design penelitian

**Perbedaan penelitian:** judul penelitian, variabel terikat, sampel penelitian, metode pengambilan sampel dan tempat penelitian. Penelitian ini dilakukan di Podok Pesantren MBS Yogyakarta.