

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan Islam tertua di Indonesia. Keberadaan pondok pesantren dimulai sejak agama Islam masuk. Di Ponpes tersebut terdapat dua jenis santri, yakni santri kalong dan santri mukim. Santri kalong ialah santri yang setiap selesai proses pendidikan di pesantren kembali ke rumah dan tidak menetap dalam pondok yang biasanya berasal dari lingkungan sekitar pesantren, sedangkan santri mukim ialah Santri yang belajar dan menetap di asrama yang ada dalam pondok pesantren. Para santri yang tinggal di Ponpes memiliki peluang untuk hidup dengan mandiri (Anggraeni, 2011).

Santri di Pondok pesantren sering mengalami masalah dalam melakukan proses penyesuaian diri, seperti tidak mampu mengikuti pelajaran dan sulit tinggal di asrama karena terpisah dari orang tua sehingga muncul tindakan-tindakan yang melanggar aturan pondok (Fitriani et al., 2020). Kewajiban para santri untuk tinggal di pondok pesantren membuat santri harus menjalani pola hidup yang berbeda dengan pola hidup saat di rumah. Santri memiliki beban yang tidak ringan. Kegiatan di pesantren yang padat telah disesuaikan dengan peraturan yang telah ada mulai dari bangun tidur hingga tidur kembali. (Sukadiyanto, 2010).

Menurut *World Health Organization (WHO)* prevalensi kejadian stress cukup tinggi di mana hampir dari 350 juta penduduk dunia mengalami stres dan stres merupakan penyakit dengan peringkat ke 4 di dunia. kementerian

kesehatan Indonesian pada tahun 2007 menyatakan bahwa diri populasi orang dewasa di Indonesia yang mencapai 150 juta jiwa, sekitar 11,6 persen atau 17,4 juta jiwa mengalami gangguan mental emosional atau gangguan kesehatan berupa gangguan kecemasan dan depresi. Angka tersebut mengalami penurunan menjadi 6% pada tahun 2013. Dengan demikian ada 1.740.000 orang Indonesia yang mengalami gangguan mental emosional atau gangguan kesehatan jiwa berupa gangguan kecemasan dan depresi (Saputri, 2017).

Data dari CDC pada tahun 2007-2010 menyatakan bahwa prevalensi stress pada usia 12-17 tahun sebesar 6,3%. Usia tersebut termasuk kelompok usia remaja awal dan pertengahan serta merupakan usia pendidikan sekolah menengah. Data Riskesdas pada tahun 2013 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 14 juta orang atau 6% dari jumlah penduduk Indonesia. Orang dengan gangguan kecemasan 10-15% juga mengalami depresi berat. Gangguan kecemasan pada umumnya terjadi pada usia dewasa muda, sekitar 25 tahun, tetapi bisa terjadi pada usia berapapun, termasuk anak-anak dan remaja.

Dari hasil studi pendahuluan pada tanggal 07 Oktober 2021 di Pondok AN-NUR 3 Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang kepada 11 santri yang mengeluhkan stres. Hasil wawancara tersebut 6 santri mengatakan bahwa mereka tidak nyaman dan belum dapat beradaptasi di lingkungannya, 5 santri lainnya mengeluhkan lelah dengan aktivitas di dalam pondok yang terus menerus, mereka diharuskan bangun pagi dan tidur larut malam.

Stres adalah keadaan di mana beban yang dirasakannya terlalu berat dan tidak sepadan dengan kemampuan yang dimiliki untuk mengatasi beban yang dialaminya, Tingkat stres santri pun pasti berbeda-beda, hal ini dikarenakan memasuki lingkungan yang baru, teman yang baru, harus terpisah jauh dari orang tua dan peraturan yang sangat disiplin sehingga tidak menutup kemungkinan tingkat stres yang dialami santri di pondok pesantren bisa juga disebabkan oleh tidak bisanya seseorang dalam menyesuaikan diri (Markam, 2013).

Berbagai tekanan sosial dan akademik sebagai pelajar akan terus mengiringi kehidupan remaja sehari-hari dan dapat membuat stres. Terlebih bagi pelajar yang sedang menuntut ilmu di pondok pesantren. Pelajar di pondok pesantren memiliki tuntutan yang lebih dibanding para pelajar di sekolah umum. Sistem pendidikan pesantren mewajibkan siswa atau santri untuk tinggal di asrama selama 24 jam (Pritaningrum & Hendriani, 2013).

Permasalahan yang sering dirasakan oleh santri baru adalah hambatan penyesuaian diri, kesulitan bergaul, sulit berkomunikasi dengan teman, maupun dengan lingkungan tempat tinggal. Selain itu permasalahan dengan peraturan dari pondok pesantren yang harus ditaati Permasalahan yang dihadapi oleh para santri tersebut sebagian besar dapat menimbulkan stres, sehingga dapat berpengaruh pada tugas dan tanggung jawab sebagai seorang santri (Handono & Bashori, 2013).

Upaya yang perlu dilakukan adalah mengadakan kegiatan non akademik yang bisa menyenangkan mereka untuk sebuah sekolah. Kegiatan inagurasi yang merupakan symbol setiap angkatan dengan

gebyar buat mereka belajar, nutrisi santripun harus diperhatikan untuk lebih baik termasuk asupan protein dan susu, sarana prasarana lengkap adalah beberapa yang harus dipertimbangkan (Mubarak,2019).

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat disimpulkan bahwa peneliti akan melakukan penelitian tentang Gambaran tingkat stress Santri Baru di Pondok AN-NUR 3 Kecamatan Bulalawang Kabupaten Malang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran tingkat stres Santri Baru di Pondok Pesantren AN-NUR 3 Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Mengetahui gambaran tingkat stres Santri Baru di Pondok Pesantren AN-NUR 3 Kecamatan Bululawang kabupaten Malang

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Bermanfaat memberikan tambahan informasi serta hasanah pengetahuan tentang tingkat stres Santri Baru di Pondok Pesantren AN-NUR 3

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### **1. Bagi Institusi**

Sebagai sumber kepustakaan atau referensi dalam rangka membantu pengembangan pendidikan di bidang kesehatan untuk mengatasi stress

Bagi Santri Baru Profesi Keperawatan

#### **2. Bagi Profesi Keperawatan**

Diharapkan penelitian ini memberikan masukan bagi profesi dalam mengembangkan perencanaan keperawatan yang akan dilakukan tentang tingkat stress santri baru di Pondok Pesantren.

3. Bagi Responden

Sebagai evaluasi bagi santri baru yang menderita stres agar dapat mengontrol stress yang dihadapi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk dikembangkan oleh peneliti selanjutnya, serta dapat dijadikan bekal bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan tema yang sama.

