

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan Islam tertua dan menyebar dengan cukup kuat di tengah-tengah masyarakat dan tetap terkenal hingga sekarang. Adanya pondok pesantren memiliki fungsi yaitu sebagai lembaga pendidikan yang melakukan transfer ilmu-ilmu agama (*tafaqquh fi al-din*) juga nilai-nilai Islam, fungsi lain sebagai lembaga keagamaan yang melakukan kontrol sosial dan sebagai lembaga keagamaan yang melakukan rekayasa sosial atau perkembangan masyarakat. Semua itu bisa dilakukan jika pondok pesantren mampu melakukan proses perawatan tradisi-tradisi yang baik dan sekaligus mengadaptasi perkembangan keilmuan baru yang lebih baik, sehingga mampu memainkan peranan sebagai agen perubahan.<sup>1</sup>

Pesantren menjadi salah satu jenis lembaga pendidikan Islam di Indonesia yang bersifat tradisional atau salaf seperti pondok pesantren Daar El Rahmah yang menjadi setting pada penelitian ini dan ada juga pondok pesantren yang mengintegrasikan antara modernisasi dan sistem salaf atau lebih terkenal dengan pondok modern. Pada pondok modern bukan hanya mendalami agama saja melainkan terdapat beberapa ilmu umum dan juga penggunaan bahasa Arab dan bahasa Inggris dalam pembelajaran dan keseharian. Untuk itu pesantren juga mengembangkan metode-metode dalam pembelajarannya guna meningkatkan kualitas penyaluran ilmu yang lebih berkualitas.<sup>2</sup>

Ada beberapa elemen pondok pesantren yang membedakan dengan lembaga lainnya. Beberapa elemen tersebut antaranya yaitu pondok sebagai tempat tinggal para santri, santri sebagai peserta didik, masjid menjadi sarana

---

<sup>1</sup> Syafe'i, "Pondok pesantren: Lembaga pendidikan pembentukan karakter." dalam *Jurnal Al-Tadzkiyyah (Jurnal: Pendidikan Islam, (2017))* Vol 8 No. 1 h. 71.

<sup>2</sup> Muzaky dan Ishari, "Implementasi Metode Al-Miftah Lil Ulum dalam Pembelajaran Kitab Kuning di Pondok Pesantren Sidogiri Pasuruan." dalam *Jurnal Tarbiyatuna (Jurnal Pendidikan Islam)* Vol. 13 No. 1 h. 22

ibadah dan pusat kegiatan pesantren, kyai sebagai tokoh atau sebutan seseorang yang memiliki kelebihan dari sisi agama dan yang menjadi pimpinan atau guru utama, dan terakhir kitab kuning sebagai referensi pokok pembelajaran dalam kajian keIslaman.<sup>3</sup>

Salah satu elemen pokok pondok pesantren yang menjadi bahasan yaitu santri. Santri merupakan seseorang yang mempelajari dan mendalami ilmu agama di pondok pesantren, juga merupakan pelajar yang kehidupannya bergantung pada kehidupan para ulama. Santri bisa berupa seorang santri murni yang mana benar-benar hanya belajar ilmu agama tanpa belajar ilmu akademik layaknya disekolah umum, santri yang berupa siswa yang mana santri tersebut belajar ilmu agama juga belajar ilmu akademik, dan santri yang berupa mahasiswa yang mana santri tersebut berkuliah juga tinggal dan belajar di pondok pesantren atau lebih dikenal dengan santri mahasiswa.

Santri mahasiswa merupakan pencari ilmu yang menjalani peran ganda, yakni sebagai seorang santri di pondok pesantren dan juga sebagai seorang mahasiswa di perguruan tinggi.<sup>4</sup> Santri mahasiswa dalam penelitian ini berusia 20 hingga 21 tahun yang termasuk kedalam remaja akhir dan juga diistilahkan untuk mahasiswa yang menetap dan menjadikan pondok pesantren Daar El Rahmah sebagai asrama mereka.

Santri mahasiswa wajib mengikuti kegiatan pembelajaran kitab yang merupakan salah satu elemen pokok pondok pesantren, yang salah satunya yang menjadi warisan abad pertengahan Islam yaitu kitab kuning. Kitab kuning merupakan khazanah Islam produk ulama *al-salaf alshalih*, dijadikan panduan

---

<sup>3</sup> Syarifuddin, dan dkk, "Konstruksi Sosial Penerapan Nilai-Nilai Pancasila Santri Mahasiswa Pondok Pesantren Al-Amien Rejomulyo Kota Kediri. dalam Jurnal *Spiritualita (Jurnal Tasawuf Dan Prikoterapi Islam)* Vol. 5 No. 1 (2021).

<sup>4</sup> Hidayatullah dan Prasetyawan, "Kajian Literasi Media Online Santri Mahasiswa," dalam Jurnal *ilmi perpustakaan* Vol. 8 No. 4 (2019).

oleh para kiai, nyai dan santri untuk memahami substansi ajaran yang ada dalam al-Qur'an dan hadis.<sup>5</sup>

Kitab kuning identik dengan tulisan yang berbahasa arab dan biasanya tidak dilengkapi dengan harakat. Persoalan yang paling krusial dalam memahami kitab kuning adalah mengenai penguasaan bahasa Arab, maka dari itu dalam tradisi pesantren, kurikulum pengajaran bahasa Arab diberikan sedikitnya dua disiplin pendukungnya, diantaranya yaitu Nahwu dan Sharaf. Dua disiplin inilah yang menjadi pintu masuk bagi para santri untuk mendalami literatur-literatur yang ada sekaligus menuangkan secara produktif dalam wujud karya-karya tertulis, misalnya kitab *Jurumiyyah* juga kitab *Imrithy* yang merupakan kitab yang dipelajari ditingkat dasar dan menengah, sedangkan kitab *Alfiyah Ibn Malik* dipelajari ditingkat atas. Dengan hal tersebut kitab *Al-Miftah* yang secara garis besar merupakan campuran isi dari kitab *Imrithy* dan kitab *Alfiyah* menjadi solusi dalam menerapkan metode cepat baca kitab kuning yang dinamakan dengan metode *Al-Miftah Lil Ulum* yang disusun oleh bagian dewan kurikulum Pesantren Sidogiri untuk mempermudah santri baru dalam membaca dan memahami kitab kuning.<sup>6</sup>

Dikarenakan santri mahasiswa yang terdapat dipondok pesantren Daar El Rahmah tidak berasal dari satu latar belakang yang sama dalam artian ada yang dari Sekolah Menengah Atas Negeri, Sekolah Menengah Atas Swasta maupun Pondok Pesantren tentu terdapat beberapa diantara santri mahasiswa tersebut awam terhadap pelajaran bahasa Arab, dengan hal tersebut maka pondok pesantren Daar El Rahmah menggunakan kitab *Al-Miftah* sebagai penunjang santri mahasiswa bisa mempelajari dan memahami kitab kuning yang menjadi media pembelajaran utama di pondok pesantren Daar El Rahmah.

Meskipun kitab *Al-Miftah* digunakan untuk mempermudah santri mahasiswa dalam mempelajari dan memahami kitab kuning sebagai media

---

<sup>5</sup> Amin and Nurhayati, "Al-Miftah Lil Ulum Sebagai Metode Dalam Mempermudah Membaca Kitab Kuning Di Pondok Pesantren Ar-Ridwan Kalisabuk." dalam jurnal Tawadhu Vol. 4 No. 2 (2020).

<sup>6</sup> Muzaky and Ishari, "Implementasi Metode Al-Miftah Lil Ulum dalam Pembelajaran Kitab Kuning di Pondok Pesantren Sidogiri Pasuruan. dalam Jurnal *Tarbiyatuna (Jurnal Pendidikan Islam)* Vol. 13 No. 1 (2020).

utama, tetap saja terdapat beberapa santri yang kurang bisa memahami kitab Al-Miftah dengan baik dikarenakan beberapa hal, hal yang sangat jelas yakni terdapat beberapa santri mahasiswa yang awam terhadap pelajaran bahasa Arab, juga tidak dipungkiri dalam belajar kitab Al-Miftah banyak *nadzom-nadzom* (kata kunci atau rumus-rumus dasar pembelajaran) yang harus dihafal, dikarenakan santri mahasiswa tidak hanya belajar dipondok pesantren, melainkan menjadi mahasiswa juga di perguruan tinggi yang jelas terdapat tanggung jawab yang harus diselesaikan.

Setiap mahasiswa dalam proses perkuliahan memiliki banyak hambatan dan tuntutan yang harus dikerjakan. Hambatan dan tuntutan tersebut antara lain pengerjaan tugas, laporan, makalah dan tes yang merupakan bagian dari evaluasi yang selalu dihadapi oleh mahasiswa. Juga tuntutan dari organisasi jika santri mahasiswa tersebut mengikuti organisasi di dalam atau luar kampus, kondisi tersebut dapat berimplikasi pada penyesuaian mahasiswa dalam belajar. Karena beberapa hal tersebut juga kurang terampilnya dalam menyesuaikan kondisi yang demikian, beberapa santri mahasiswa berusia 20 sampai 21 tahun yang termasuk kedalam remaja akhir,<sup>7</sup> dalam pembelajaran kitab Al-Miftah mengalami kecemasan.

Kecemasan adalah kondisi emosi dengan timbulnya rasa tidak nyaman dan khawatir pada diri seseorang, dan merupakan pengalaman yang samar-samar disertai dengan perasaan yang tidak berdaya serta tidak menentu yang disebabkan oleh suatu hal yang belum jelas. Kecemasan mirip dengan rasa takut tetapi dengan fokus kurang spesifik, kecemasan ditandai dengan adanya firasat dan somatik ketegangan, seperti hati berdetak kencang, berkeringat, kesulitan bernapas.<sup>8</sup>

Kecemasan dalam belajar juga merupakan perasaan khawatir secara berlebihan terhadap sesuatu hal buruk meskipun keadaan tersebut belum terjadi.

---

<sup>7</sup> Sonang, Purba, and Pardede, "Pengelompokan Jumlah Penduduk Berdasarkan Kategori Usia Dengan Metode K-Means."

<sup>8</sup> Annisa and Ifdil, "Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia)." dalam jurnal *Konselor* Vol.5 No.2 (2016)

Orang yang dilanda kecemasan bisa mengganggu keseimbangan pribadi seperti; tegang, resah, gelisah, takut, gugup, berkeringat, dan sebagainya.<sup>9</sup> Orang yang cemas merasakan dirinya terkurung dan jauh dari perasaan bebas, sehingga untuk mendapatkan rasa bebas maka orang tersebut harus keluar dari kecemasan. Kegagalan mengatasi kecemasan dalam belajar dapat berpengaruh pada hasil belajar santri mahasiswa tersebut. Dari permasalahan tersebut peneliti merasa perlu dilakukan konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* bagi beberapa santri mahasiswa yang mengalami kecemasan belajar kitab Al-Miftah. Mengenai hal ini Allah SWT berfirman :

إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوهُمَا مَا بَأْسُ تَفْسِهِمْ

"*Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri.*" (QS. Ar-Ra'd 13: Ayat 11).

Pada dasarnya rasa cemas merupakan hal wajar yang pernah dialami manusia. Ayat tersebut merupakan hukum perubahan dalam kehidupan, maka kita tidak akan lepas dari rasa cemas kecuali kita merubah kondisi dengan berusaha salah satunya dengan melakukan konseling dan menyerahkan hasilnya kepada Allah SWT.

Konseling merupakan proses bantuan dari seorang ahli dibidangnya yakni konselor yang terlatih dan berpengalaman kepada seseorang yakni konseli yang membutuhkan bantuan, agar seseorang tersebut mampu mengatasi permasalahannya secara mandiri, mampu menyesuaikan diri dari lingkungan yang rentan berubah keadaannya, dan juga agar membantu seseorang tersebut berkembang potensinya.<sup>10</sup>

Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* adalah proses bantuan dari konselor kepada individu dengan pendekatan yang mampu merubah pikiran dan tingkah laku yang sebelumnya irrasional menjadi pikiran dan tingkah laku yang rasional. Pada pendekatan ini konselor membantu konseli agar selalu mengingat bahwa semua orang adalah bisa membuat salah dan juga terpeleset dalam

---

<sup>9</sup> Annisa and Ifdil, "Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia)." dalam jurnal *Konselor* Vol.5 No.2(2016)

<sup>10</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori Dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2017), h.18.

kesalahan, mengurangi tuntutan untuk menjadikan pribadi yang perfeksionis, mengembangkan penerimaan diri dan penerimaan terhadap orang lain yang positif.<sup>11</sup>

Tujuan utama dari konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* adalah untuk membantu klien menerima dirinya sendiri tanpa syarat, menerima orang lain tanpa syarat juga menerima kehidupan tanpa syarat.<sup>12</sup> Maksud dari menerima diri sendiri, orang lain dan kehidupan tanpa syarat yaitu menerima kelebihan dan kekurangan diri, potensi diri, dan juga keterbatasan diri, juga merangkul semua sisi diri yang dalam hidup yang terkadang berhasil kadang juga membuat kesalahan, dan bersyukur dengan semua yang ada dalam kehidupan. Dengan hal tersebut maka akan memperkuat harga diri serta menghargai segala sesuatu tentang diri dan juga membantu mencegah diri dari depresi, kecemasan, rasa bersalah, ataupun rasa malu. Menerima diri sendiri, orang lain ataupun kehidupan tanpa syarat juga merupakan faktor penyumbang bagi kesejahteraan manusia.

Pada penelitian ini, beberapa santri mahasiswa berusia 20 hingga 21 tahun yang termasuk kedalam remaja akhir di pondok pesantren Daar El Rahmah yang mengalami kecemasan dalam belajar kitab Al-Miftah akan dilakukan konseling, maka penelitian ini berfokus ingin meneliti mengenai judul **”Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* Pada Santri Mahasiswa Yang Mengalami Kecemasan Belajar Kitab Al-Miftah (Studi Di Pondok Pesantren Daar El Rahmah Sumurpecung kota Serang)”**.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana kondisi kecemasan belajar kitab Al-Miftah pada santri mahasiswa di Pondok Pesantren Daar El Rahmah?
2. Bagaimana proses konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* pada santri mahasiswa yang mengalami kecemasan belajar kitab Al-Miftah di Pondok Pesantren Daar El Rahmah?

## **C. Tujuan Penelitian**

---

<sup>11</sup> Gerald Corey, *Teori Dan Praktek Konseling & Psikoterapi*.

<sup>12</sup> Bradley T. Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2016) h. 269-270.

1. Untuk mengetahui bagaimana kondisi kecemasan belajar kitab Al-Miftah pada santri mahasiswa di Pondok Pesantren Daar El Rahmah
2. Untuk mengetahui bagaimana proses konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* pada santri mahasiswa yang mengalami kecemasan belajar kitab Al-Miftah di Pondok Pesantren Daar El Rahmah

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang berhubungan mengenai permasalahan santri mahasiswa yang mengalami kecemasan belajar, dan diharapkan mampu menambah khazanah keilmuan yang berkaitan dengan bimbingan konseling Islam sehingga bisa menjadi tambahan pengetahuan bagi pemerhati bimbingan dan konseling.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat menjadi sumbangan nyata bagi ilmu pengetahuan, terutama dalam bidang bimbingan dan konseling Islam juga menunjukkan kepada masyarakat khususnya bagi peneliti selanjutnya, sehingga bisa dijadikan sebagai acuan dan diharapkan bagi setiap responden mampu mengendalikan serta menghilangkan kecemasan terutama kecemasan dalam belajar.

#### **E. Penelitian Terdahulu Yang Relevan**

Berikut tiga penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang diteliti oleh peneliti:

Pertama yaitu skripsi dari Rizqi Dwi Putri dengan judul “*Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Dalam Memperbaiki Konsep Diri Siswa Korban Bullying (Studi Kasus Di Smk Kimia Pgri Kota Serang)*”. Dalam skripsi Rizqi Dwi Putri dengan penelitian ini memiliki kesamaan yaitu sama-sama menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* dan menggunakan metode penelitian kualitatif, namun pada skripsi Rizqi Dwi Putri pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* digunakan dalam memperbaiki konsep diri pada siswa korban bullying sedangkan pada penelitian

ini peneliti menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* pada santri mahasiswa yang mengalami kecemasan belajar kitab.

Kedua yaitu skripsi dari Nisa Ekawati dengan judul “*Penerapan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Santri Dalam Menghadapi Ujian Nasional Berbasis Komputer (Study Siswa MTS di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa Ds. Tambilik Kec. Petir Kab. Serang-Banten)*”.

Pada skripsi Nisa Ekawati dengan penelitian ini memiliki kesamaan yaitu sama-sama menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*, membahas tentang kecemasan juga sama-sama menggunakan metode penelitian kualitatif, hanya berbeda pada subjek dan permasalahan yang diteliti yakni pada skripsi Nisa Ekawati menerapkan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* untuk mengatasi kecemasan pada santri dalam menghadapi ujian nasional berbasis komputer sedangkan pada penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* pada santri mahasiswa yang mengalami kecemasan belajar kitab.

Ketiga yaitu skripsi dari Farida Aulani dengan judul “*Layanan Client Centered Counseling Untuk Mengurangi Kecemasan Dalam Perencanaan Karir Siswa (Studi Terhadap Siswa Kelas XII SMAN 1 Anyer Tahun 2016-2017)*”. Pada skripsi Farida Aulani dengan penelitian ini memiliki kesamaan pada pembahasan mengenai kecemasan dan pada metode penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian kualitatif, dalam skripsi Farida Aulani menggunakan layanan *Client Centered* untuk mengurangi kecemasan dalam perencanaan karir sedangkan pada penelitian ini peneliti menggunakan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* pada santri mahasiswa yang mengalami kecemasan belajar kitab.

## **F. Definisi Operasional**

### **1. Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy***

Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* adalah proses bantuan dari konselor kepada dan secara individu yakni *face to face* dengan



pendekatan yang mampu merubah pikiran dan tingkah laku yang sebelumnya irrasional yang bisa membuat pikiran serta tingkah lakunya bermasalah menjadi pikiran dan tingkah laku yang rasional atau logis.<sup>13</sup>

*Rational Emotive Behavior Therapy* hadir untuk memperbaiki serta mengubah sikap, cara berpikir, persepsi, keyakinan serta pandangan klien yang irrasional menjadi rasional, agar klien dapat mengembangkan diri dan mencapai realisasi diri yang optimal. Menghilangkan gangguan emosional yang bisa merusak diri seperti benci, cemas, takut, was-was, rasa bersalah marah, sebagai akibat berpikir yang irrasional dan melatih klien agar dapat menghadapi kenyataan hidup secara rasional serta membangkitkan kemampuan diri dan kepercayaan diri.<sup>14</sup>

## 2. Santri Mahasiswa

Santri mahasiswa merupakan pencari ilmu yang menjalani peran ganda, yakni sebagai seorang santri di pondok pesantren dan juga sebagai seorang mahasiswa di perguruan tinggi.<sup>15</sup> Santri mahasiswa dalam penelitian ini berusia 20 hingga 21 tahun yang termasuk kedalam remaja akhir dan juga diistilahkan untuk mahasiswa yang menetap dan menjadikan pondok pesantren sebagai asrama mereka. Santri mahasiswa dalam penelitian ini juga merupakan kumpulan seorang mahasiswa dari berbagai latar belakang yang berbeda-beda dalam artian terdapat dari lulusan sekolah menengah atas negeri, swasta maupun dari lulusan dari pondok pesantren.

## 3. Kecemasan Belajar

Kecemasan adalah kondisi emosi dengan timbulnya rasa tidak nyaman pada diri seseorang, dan merupakan pengalaman yang samar-samar

---

<sup>13</sup> Thahir and Rizkiyani, "Pengaruh Konseling Rational Emotif Behavioral Therapy (REBT) dalam Mengurangi Kecemasan Peserta Didik Kelas VIII SMP Gajah Mada Bandar Lampung," dalam jurnal *Konseli* Vol 3 No 2 h. 4 (2017).

<sup>14</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individul Teori Dan Praktek*, ...h. 76.

<sup>15</sup> Hidayatullah and Prasetyawan, "Kajian Literasi Media Online Santri Mahasiswa," Dalam *Jurnal Ilmu Perpustakaan* vol. 8.no.4.h.198 (2019).

disertai dengan perasaan yang tidak berdaya serta tidak menentu yang disebabkan oleh suatu hal yang belum jelas.<sup>16</sup>

Kecemasan belajar merupakan perasaan campuran mengenai ketakutan dalam belajar dan keprihatinan terhadap sesuatu hal buruk meskipun keadaan tersebut belum terjadi. Kecemasan belajar juga merupakan perasaan cemas saat seseorang belajar yang timbul karena adanya tekanan dan juga ketidakmampuan menghadapi masalah. Kecemasan belajar ini dicirikan dengan kegelisahan, kekhawatiran, ketakutan tidak mendasar yang berpikir bahwa akan terjadi hal-hal yang tidak diinginkan.

---

<sup>16</sup> Annisa and Ifdil, "Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia)."