

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pertama kali munculnya pondok pesantren di Indonesia ialah pada abad ke-16 M. di Ampel Denta dalam asuhan Sunan Ampel. Pada waktu itu dia mengkader santri-santrinya untuk menyebarkan ajaran Islam ke seluruh pelosok tanah air dan ada juga yang ditugaskan hingga ke Negara-Negara tetangga. Murid-murid inilah kemudian muncul pesantren-pesantren di Indonesia. Puncaknya ada pada awal pertengahan abad ke-19 serta awal abad ke-20, yaitu pada masa Syekh Kholil Bangkalan. Dari tangannyalah muncul kiai-kiai besar. Puncaknya, pada waktu itu hampir di setiap kota kecamatan hingga di setiap desa berdiri satu pesantren bahkan lebih.¹

Menurut KBBI pesantren diartikan sebagai asrama tempat santri atau tempat murid-murid belajar mengaji dan lain sebagainya. Di dalam pesantren terdapat kiai, santri dan juga tradisi pesantren seperti pengajian dan lain-lain. Terdapat juga bangunan para santri yang dijadikan sebagai tempat melakukan kegiatan selama 24 jam. Kata pesantren berasal dari kata santri yang diberi awalan “pe” dengan akhiran “an” dikarenakan pengucapan kata itu kemudian berubah terbaca menjadi “en” dan jadilah pesantren, yaitu sebuah sebutan tempat tinggal atau bangunan fisik yang nyata atau asrama untuk para santri tempati.²

Berdasarkan karakteristik dan tradisinya terdapat pesantren tradisional dan pesantren modern. Pondok pesantren merupakan lembaga tertua di Indonesia yang senantiasa melestarikan nilai-nilai edukasi

¹Ahmad Muhakamurrohman, “Pesantren : Santri, Kiai, dan Tradisi”, *Jurnal Kajian Islam dan Budaya*, Vol. 12 No. 2 (Juli-Desember 2014), h. 112.

²Ahmad Muhakamurrohman, *Pesantren...*, h. 111.

pembelajaran tradisional. Pelestarian akan cara tradisional inilah yang menjadikan pesantren model ini disebut sebagai pesantren tradisional. Melestarikan nilai-nilai kehidupan santrinya yang sederhana, belajar dengan ikhlas tanpa pamrih, dan rasa tanggung jawab, serta keterikatan rasa solidaritas tinggi.³ Bentuk kehidupan seperti inilah ekspresi kepribadian santri sebagai pondasi awal santri yang akan bergaul dengan masyarakatnya nanti. Kiai seperti ini merupakan figur yang sikap dalam kesehariannya dapat mempengaruhi santri. Karenanya banyak orang beranggapan bahwa memang kehidupan di pondok pesantren tradisional seolah-olah tidak pernah ada hari libur. Ciri-ciri pesantren tradisional, yaitu pesantren yang sistem pembelajarannya masih menggunakan sistem *bandongan* atau *sorogan*, materi yang diajarkan juga berasal dari kitab kuning, kitab berbahasa Arab karya ulama Islam baik dalam maupun luar negeri.⁴

Sedangkan pesantren modern pada pengelolaan pesantren modern kiai tidak mengurus semua hal tentang pesantren. Pengelolaan pesantren di serahkan kepada pengurus pesantren. Namun terkadang pengurus pesantren ialah anak kiai itu sendiri atau juga dari kalangan santri yang sudah lama berada di pesantren dan mempunyai pengetahuan serta berjiwa kepemimpinan. Dalam perkembangannya pesantren modern memasukkan mata pelajaran umum ke dalam kurikulum pesantren. Dilihat dari fisik, infrastruktur, dan sistem pendidikan, pesantren modern dapat dengan mudah dilihat perbedaannya dengan pesantren tradisional atau pesantren salafi.

Bangunan pesantren modern lebih terawat dan bersih, ada dapur siap saji, pakaian seragam, auditorium, lapangan olahraga, ruang

³Ahmad Muhakamurrohman, *Pesantren...*, h. 112.

⁴ Ahmad Muhakamurrohman, *Pesantren...*, h. 113

pengembangan bakat dan keterampilan, juga laboratorium bahasa. Secara sistem dan pembekalan juga sudah dirancang sedemikian rupa, guna mempersiapkan santri menghadapi arus modernitas. Nilai yang ditanamkan pada lembaga modern disini tidak lagi hanya sebatas pembentukan karakter santri, namun bisa lebih dari itu. Santri tidak melulu harus menggeluti kitab kuning, tetapi juga harus disertai dengan kurkikulumnya untuk menambahkan pembelajaran-pembelajaran umum seperti di sekolah umum. Pada lembaga modern ini, tidak hanya dibekali ilmu agama dan pembelajaran umum saja, namun para santri juga digali potensinya.⁵

Pesantren modern berupaya memadukan tradisionalitas dan modernitas dalam pendidikan dengan sistem pembelajaran klasikal (pengajaran di dalam kelas). Pesantren modern banyak melakukan penerobosan baru. Pesantren modern memiliki ciri khas seperti; penekanan bahasa Arab dan bahasa Inggris dalam percakapan, memakai buku-buku literatur bahasa arab dan kontemporer (bukan kitab kuning), terdapat sekolah formal di bawah kurikulum diknas/kemenag.⁶

Selain terdapat bangunan yang digunakan untuk tempat tinggal, peran penting didalam pesantren juga terdapat kiai, pengurus, dan juga santri. Santri secara umum identik dengan peserta didik, murid, atau pelajar yang sedang belajar di pondok pesantren. Orang lebih mengenal bahwa santri adalah sebutan bagi orang-orang yang sedang menuntut ilmu di pondok pesantren. Dilihat dari adat pesantren, santri terdapat dua kelompok yaitu santri mukim dan santri kolong. Santri mukim ialah santri yang berasal dari daerah yang jauh lalu menetap di dalam pondok pesantren. Sedangkan santri kolong ialah santri yang berasal dari desa

⁵ Ahmad Muhakamurrohman, *Pesantren...*, h. 112.

⁶ Abdul Tolib, "Pendidikan di Pondok Pesantren Modern", *Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, Vol. 1 No. 1 (Desember 2015), h. 62.

atau lingkungan pondok pesantren tersebut yang biasanya tidak menetap di pondok pesantren.⁷ Santri berasal dari kata “cantrik” dalam bahasa Sangsekerta yang memiliki arti seseorang yang selalu mengikuti kemanapun gurunya pergi. Sedangkan menurut Zuhairini dalam kutipan Arfandi dalam Abdul Aziz Sebayang mengungkapkan bahwa santri adalah murid yang mengaji agama Islam yang diasramakan ditempat tersebut.⁸

Dari hasil wawancara awal, salah satu staf menjelaskan bahwa untuk santri yang tinggal menetap di pondok pesantren selain mempelajari ilmu agama, juga akan mempelajari tentang kehidupan, berhubungan dengan orang baru dan mengatur segala kepentingan dirinya sendiri. Seperti bagaimana mengelola biaya hidup untuk bagaimana bisa mengatur berapa pengeluaran yang harus dicukupkan dalam sehari untuk jangka waktu yang orang tua berikan. Pada pondok pesantren modern makan memang sudah termasuk tanggung jawab pesantren. Namun diluar itu santri harus memenuhi keinginannya sendiri. Pada dasarnya setiap orang memiliki kebutuhan dan juga keinginan, apabila keinginan tidak terpenuhi maka seseorang itu akan merasa cemas dan gelisah terlebih pada usia remaja. Oleh karena kita harus mencegah hal tersebut.⁹

Menurut Zakiyah Derajat dalam Imrotul Magfiroh, A. Khairuddin, Wawan Juandi, kebutuhan terbagi menjadi dua golongan yaitu, kebutuhan rohaniah dan juga kebutuhan jasmani. Kebutuhan rohaniah seperti kebutuhan psikis dan kebutuhan sosial. Sedangkan kebutuhan jasmani itu seperti makan, minum, sex dan lain sebagainya. Setiap orang akan selalu

⁷ Wiwin Fitriyah, Abd Hamid Wahid, Chusnul Muali, “Eksistensi Pesantren Dalam “Pembentukan Kepribadian Santri””, *Jurnal Studi Keislaman dan Ilmu Pendidikan*, Vol. 6, No. 2 (November 2018), h. 168.

⁸ Abdul Aziz Sebayang, “Santri Sebagai Remaja: Kajian Psikologi Pendidikan”, *Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 1 No. 1 (2020), h.15.

⁹ Guru BK, Diwawancarai Mita Ferawati, Di Ruang Guru, 11 Januari 2023.

berhadapan dengan persoalan-persoalan dalam memenuhi kebutuhan rohaniyah dan juga jasmani. Pemenuhan kebutuhan berkaitan dengan pengorbanan yang dikenal dengan biaya yang akan dikeluarkan untuk mendapatkan apa yang dibutuhkan atau yang diinginkan. Cara dalam pemenuhannya pun beragam, ada yang memenuhinya masih memenuhi kriteria wajar adapula yang berlebihan. Yang berlebihan inilah bisa mengakibatkan orang berperilaku konsumtif. Perilaku konsumtif tidak terjadi pada orang dewasa saja, perilaku konsumtif banyak melanda remaja. Baik remaja yang ada pada pesantren maupun orang yang berada di luar kehidupan pesantren, lebih-lebih pada santriwati yang ada dalam masa remaja.¹⁰

Menurut Santrock dalam Khusnul, Shinta, dan Guspri menjelaskan bahwa remaja diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa muda dengan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan juga sosial-emosionalnya. Piaget mengatakan bahwa saat ini istilah *adolescene* memiliki arti yang cukup luas, mencakup kesehatan mental, emosional, sosial, dan juga fisik. Secara umum remaja terbagi menjadi dua bagian, yaitu awal masa dan akhir masa remaja. Awal masa remaja berlangsung dari 13 tahun sampai 16 atau 17 tahun, dan akhir masa remaja mulai dari 16 atau 17 tahun sampai 18 tahun, usia matang secara hukum. maka dari itu disimpulkan bahwa masa remaja akhir adalah masa remaja yang sangat singkat.¹¹ Dalam usia inilah orang akan mengalami transisi atau peralihan dari masa anak-anak menuju remaja. Dalam usia remaja setiap individu mengalami berbagai perubahan baik secara fisik

¹⁰ Khusnul Khotimah, Shinta Doriza, Guspri Devi Artanti, "Perbedaan Kemandirian Remaja Berdasarkan Status Pekerjaan Ibu", *Jurnal FamilyEdu*, Vol. 1 No. 2 (Oktober 2015), h. 64.

¹¹ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan)*, (Jakarta: Erlangga, 2019) cetakan ke-5, h .206.

maupun psikis. Perlu adanya sikap pengendalian diri yang dimana akan terdapat kekuatan, keinginan yang kuat, dan kejujuran.

Menurut James dalam Idris Afandi menjelaskan bahwa pengendalian diri adalah melakukan tindakan yang harus dilakukan dan tidak melakukan sesuatu yang memang seharusnya tidak dilakukan.¹² Disimpulkan bahwa pengendalian diri adalah suatu tindakan yang dilakukan guna mencapai kehidupan yang seimbang dengan bisa mengatur sesuatu dengan baik. Adanya perilaku konsumtif remaja ini dipengaruhi oleh karakteristik yang ada pada diri remaja itu sendiri, yaitu ketergantungannya yang kuat pada kelompok sebayanya. Akibatnya seseorang mudah terpengaruh dengan teman sebayanya, biasanya lebih mendahulukan gengsi agar tidak dianggap ketinggalan zaman. Karena remaja remaja juga sangat senang untuk selalu mengikuti *trend* yang ada pada masanya.

Menurut Sumartono dalam Imrotul Magfiroh, A. Khairuddin, Wawan Juandi perilaku konsumtif didefinisikan sebagai tindakan seseorang di dalam membeli suatu barang tanpa adanya pertimbangan yang masuk akal, yang dimana seseorang tersebut dalam membeli tidak berdasarkan kebutuhan melainkan hanya untuk memenuhi keinginannya.¹³ Dapat disimpulkan bahwa perilaku konsumtif merupakan tindakan yang didasarkan memenuhi kehausan akan suatu barang ataupun yang lainnya tanpa mencoba mempertimbangkan kembali apakah itu termasuk kebutuhan atau hanya keinginan saja, karena perilaku konsumtif termasuk pembelian yang tak terencana.

¹² Idris Afandi, "Hubungan Antara Pengendalian Diri dan Religiusitas", *Jurnal Al-Ibrah*, Vol. 3 No. 1 (2018), h. 47.

¹³ Imrotul Magfiroh, A. Khairuddin, Wawan Juandi, "Pendekatan Behavior Dalam Menanggulangi Perilaku Konsumtif Santri", *Jurnal Ibrahim*, Vol. 2 No. 2 (Juli 2020), h. 64.

Perilaku konsumtif ini akan mengakibatkan seseorang secara tidak sadar ia menjadi boros, sedangkan sikap boros atau berlebihan sangatlah dilarang dalam islam. Islam mengajarkan kesederhanaan dan keseimbangan, melarang seseorang untuk bersikap berlebihan terhadap sesuatu bukan berarti mengajak seorang muslim kepada sikap bakhil dan kikir, tetapi mengajak kepada konsep keseimbangan karena sebaik-baiknya perkara adalah tengah-tengahnya.

Di dalam islam tidak menganjurkan seseorang untuk menjauhi dari hal yang baik dan bisa membuatnya bahagia dalam hidup. Hanya saja islam mengajarkan untuk bagaimana ia sewajarnya dalam menikmati kesenangan hidup tanpa harus berlebihan. Seperti yang sudah di perbolehkan oleh Allah SWT untuk manusia makan dan minum namun tidak berlebihan. Allah SWT berfirman dalam surat al-A'raf ayat 31 yang memiliki arti "*Hai anak adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebihan, sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebihan*". Tidak dapat dipungkiri bahwa melihat santri zaman sekarang sudah jarang terlihat gaya hidup sederhananya terutama pada santri pondok pesantren modern. Terlihat dari busana yang dipakai seakan-akan berlomba-lomba dalam memperlihatkan pakaiannya yang paling bagus. Permasalahan ini memang mungkin tidak terlalu rumit untuk santri yang berasal dari keluarga yang memang mampu, namun hal seperti ini dapat memberikan dampak pada santri lain terlebih teman seasramanya.¹⁴

Dapat disimpulkan bahwa setiap santri memang memiliki kebutuhan maupun keperluannya masing-masing untuk menunjang kehidupannya selama di pesantren dan cara pemenuhannya pun berbeda-beda sesuai

¹⁴Imrotul Magfiroh, A. Khairuddin, Wawan Juandi, *Pendekatan...*, h. 65-66.

kemampuannya, namun beberapa ada yang melakukannya secara wajar adapula yang memenuhinya secara tidak wajar atau berlebihan. Perilaku tersebut perlu dibenahi, terutama dalam pengelolaan keuangan selama jangka waktu yang keluarga berikan. Perilaku konsumtif ini yang banyak terjadi pada santriwati karena memang perempuan cenderung memiliki sifat yang selalu mengutamakan kepuasan diri sehingga kurang dalam segi mempertimbangkan.

Sebagai upaya mengurangi perilaku konsumtif pada santri khususnya kepada santriwati peneliti melakukan pemberian bantuan menggunakan teknik *cognitive behavior therapy* (CBT) dalam membantu individu dalam meningkatkan kesadaran diri ataupun pengendalian diri untuk bagaimana santriwati dapat memahami bahwa memiliki perilaku konsumtif sangatlah memiliki dampak negatif untuk diri sendiri, terlebih dapat merugikan diri sendiri dan juga peneliti mengharapkan bahwa dari hasil konseling ini bisa berdampak baik untuk santriwati dalam mengatur keuangan dengan lebih bijak guna menghindari perilaku konsumtif. Karena apabila perilaku konsumtif ini dibiarkan maka akan berdampak kurang baik untuk keberlangsungan diri kedepannya. Peneliti menemukan permasalahan terkait perilaku konsumtif yang dialami oleh santriwati ini di Pondok pesantren Al Fath Cilegon seperti; pembelian impulsif, pemborosan, dan membeli hanya untuk kesenangan.

Pondok pesantren Al Fath Cilegon merupakan salah satu lembaga pendidikan yang terletak di kota Cilegon. Pondok pesantren ini memiliki tempat pendidikan formal yaitu Raudhatul Athfal (RA), Madrasah Diniyah Takmiliah (MD), Madrasah Tsanawiyah (MTs) dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Berdasarkan hal tersebut peneliti merasa tertarik untuk meneliti tentang bagaimana mengurangi perilaku konsumtif pada santri, terkhusus santriwati dengan judul “**Teknik Cognitive Behavior**

***Therapy (CBT) Dalam Mengatasi Perilaku Konsumtif Santri* (Studi Kasus di Pondok Pesantren Al Fath Cilegon Banten)**

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana perilaku konsumtif santri di Pondok Pesantren Al-Fath Cilegon Banten?
2. Bagaimana pelaksanaan teknik *cognitive behavior therapy* (CBT) dalam mengatasi perilaku konsumtif santri di Pondok Pesantren Al-Fath Cilegon Banten?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui bagaimana perilaku konsumtif santri di Pondok Pesantren Al Fath Cilegon Banten.
2. Untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan teknik *cognitive behavior therapy* (CBT) dalam mengatasi perilaku konsumtif santri di Pondok Pesantren Al-fath Cilegon Banten.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi salah satu bahan studi kasus dalam mengembangkan berbagai teori yang sudah ada sebelumnya. Dapat diharapkan juga penelitian ini bisa menjadi salah satu bahan rujukan penanganan berbagai masalah akibat perilaku konsumtif pada santri di Pondok Pesantren Al Fath Cilegon Banten.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi salah satu bahan studi bimbingan konseling yang dapat mengembangkan berbagai teori yang sudah ada sebelumnya. Dapat diharapkan pula penelitian ini akan

menjadi salah satu bahan rujukan penanganan berbagai permasalahan seperti perilaku konsumtif melalui teknik CBT.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memiliki manfaat bagi:

a. Santri

Penelitian ini sekiranya dapat bermanfaat bagi santri dalam memahami bahwa perilaku konsumtif memiliki dampak yang negatif untuk diri sendiri dan perilaku boros atau berlebihan itu tidak baik.

b. Lembaga

Bagi jurusan Bimbingan Konseling Islam penelitian ini dapat memberikan manfaat dari hasil penelitian ini sebagai bahan tambahan informasi kepada mahasiswa lainnya dalam memahami teknik CBT dalam mengatasi perilaku konsumtif santri.

E. Definisi Operasional

1. *Cognitive Behavior Therapy* (CBT)

Menurut Dobson dan Dozois dalam Nevid, Rathus, dan Greene *Cognitive Behavior Therapy* atau terapi kognitif perilaku merupakan kombinasi terapi kognitif dan perilaku yang fokusnya membantu individu dalam memodifikasi perilaku serta pikiran, keyakinan, dan sikap-sikap yang mendasari perilaku tersebut. Terapi ini memiliki asumsi bahwa perilaku individu dipengaruhi oleh komponen kognitif yakni pikiran dan keyakinan. Pelaksanaannya dilakukan dengan melatih fokus konseli dengan memberikan gambaran terkait dampak positif dan negatif terhadap perilaku kurang baik yang dialami oleh konseli. Oleh karena itu, langkah yang harus dilakukan dalam mengubah perilaku yang bermasalah

adalah dengan mengubah kognitifnya. Dapat disimpulkan bahwa CBT merupakan gabungan terapi antara terapi kognitif dan terapi perilaku. Dimana terapi kognitif adalah terapi dengan proses berfikir oleh manusia, yang memiliki tujuan melatih individu untuk bisa berfikir lebih objektif dan realistis dalam rangka mencegah atau mengatasi permasalahannya. Sedangkan pada terapi perilaku adalah terapi yang bertujuan untuk mengubah tindakan yang kurang tepat atau perilaku yang bermasalah yang dihasilkan dari proses belajar sebelumnya. Kedua jenis terapi yang sama-sama memiliki keunggulan ini kemudian digabungkan untuk memaksimalkan efektivitasnya dalam membantu mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi oleh individu.¹⁵

2. Perilaku Konsumtif Pada Santri

Menurut Gumulya dan Widiastuti dalam Arni, Hasnah, Nia, Ranny, dan Desi kata konsumtif memiliki arti boros, pengonsumsi barang dan jasa secara berlebihan. Suyasa dan Fransisca dalam Arni, Hasnah, Nia, Ranny, dan Desi menjelaskan bahwa perilaku konsumtif adalah tindakan membeli barang bukan berdasarkan kebutuhan melainkan hanya untuk memenuhi keinginan, yang dilakukan secara berlebihan sehingga dapat menimbulkan pemborosan. Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku konsumtif adalah tindakan seseorang yang membeli suatu barang secara berlebihan tanpa menilai barang tersebut bagian dari kebutuhan atau hanya untuk memenuhi keinginan.¹⁶ Dalam bergaul santri harus sangat selektif memilih pergaulan yang

¹⁵ Setia Asyanti, *Cognitive Behavior Therapy Teori dan Aplikasi*, (Jawa Tengah: Muhammadiyah, 2019), h. 4.

¹⁶ Eni, Hasnah, Nia, Ranny dan Desi, "Perilaku Konsumtif Remaja", *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*, Vol. 2 No. 2, (2019).

sekiranya kurang baik dan berdampak buruk untuk dirinya. Harus bisa memilih sesuai kemampuan, memang berteman dengan siapa saja. Namun kita juga harus sadar akan kemampuan kita dan berapa yang kita punya. Kehidupan dipesantren hanya kita yang bisa kontrol, bagaimana mengatur dan mengelola sikap, pikiran dan perilaku dengan baik.

