

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pesantren merupakan lembaga pendidikan yang berbasis keagamaan yang berada di lingkungan masyarakat sekitar, terutama di pedesaan. Pesantren ialah lembaga kependidikan yang tujuan utamanya adalah memberikan ilmu agama kepada para santrinya (murid). Pokok kegiatan di pondok pesantren adalah mempelajari Al-Quran, hadist, tafsir, ilmu fiqih (hukum Islam) serta ilmu-ilmu agama lainnya dan juga dengan praktik-praktik ibadah dan nilai-nilai keislaman.

Pelaksanaan lembaga pendidikan pondok pesantren merupakan lembaga yang berbentuk asrama dibawah naungan pimpinan seorang kyai atau ulama, yang didukung oleh para ustad dan ustadzah yang hidup berdampingan dengan para santri. Lembaga pendidikan pesantren adalah institusi kependidikan Islam yang khusus dan peran yang signifikan dalam membentuk karakter serta memperdalam spiritualitas para santri. Pondok pesantren bukan hanya sekedar tempat belajar agama, namun sebagai wadah pembentukan kepribadian karakter yang positif seperti bertindak secara moral dan etika, dapat diandalkan, sopan serta karakter lainnya yang unggul.

Pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan yang menyebarkan ajaran Islam dalam upaya membentuk perilaku Islami masyarakat. Diharapkan melalui proses pendidikan di pesantren ini, akan dihasilkan individu-individu Islam yang tidak hanya memiliki kecerdasan secara intelektual, namun juga berakhlak mulia, beriman, kreatif dan inovatif,

hal ini akan memungkinkan mereka untuk menyebarkan nilai-nilai luhur Islam kepada keluarga dan masyarakat sekitar di masa depan.¹

Zamachsyari Dhofier dalam Mastuhu mengutip bahwa pesantren ini sebagian besar bertanggung jawab dalam membentuk karakter Islam di kerajaan-kerajaan Islam dan menyebarkan agama ke wilayah yang sebelumnya belum terjangkau. Sedikitnya doumen mengenai ajaran Islam di Asia Tenggara berasal dari pesantren, hal ini dibawa oleh penjelajah awal dari kolonial belanda dan inggris pada abad ke-16. Karena pesantren ini merupakan cikal bakal masuknya Islam di wilayah ini, maka mempelajarinya sangatlah penting untuk memahami sejarah Islamisasi di wilayah ini.

Hadirnya pesantren di tengah masyarakat tidak sekedar sebagai lembaga pendidikan, namun sebagai lembaga penyiaran agama dan sosial keagamaan. Pesantren berhasil menjadikan dirinya sebagai pusat gerakan pengembangan Islam, maka dari itu pada masa penjajahan, pendidikan pesantren di Indonesia ditentang dan diganti dengan sistem pendidikan pemerintah kolonial. Hal ini bersumber karena pemerintahan kolonial takut pada perkembangan ajaran Islam.²

Pondok pesantren adalah lembaga pendidikan yang sederhana yang mempelajari, memahami, menghayati dan mengamalkan ajaran agama Islam dengan menekankan pentingnya moral keagamaan sebagai pedoman perilaku sehari-hari. Seiring bertambahnya zaman, kini pondok pesantren sudah sangat dikenal dikalangan masyarakat bahkan mendunia. Lembaga pendidikan yang berusaha mendidik santrinya agar dapat berperilaku baik dan dapat menyalurkan hal yang positif saat bersosialisasi di masyarakat

¹ Aulia Rahmah, 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Pada Santri Dan Santriwati Remaja Di Pondok Pesantren Al-Ikhlas Negara', *Jurnal Sosial Dan Sains*, 3.9 (2023), h. 3.

² Mastuhu, *Dinamika Sistem Pendidikan Pesantren* (Jakarta: Inis, 1989). h. 47

sekitar. Dalam lembaga pendidikan, pondok pesantren mempunyai dua macam, yaitu pesantren salaf dan pesantren modern.

Pesantren salaf merupakan bentuk asli dari pesantren.³ Pondok Pesantren Tradisional adalah pondok pesantren yang hanya mengajarkan ilmu-ilmu agama Islam atau kitab-kitab Islam klasik (kitab kuning), seperti tauhid, fiqh, ushul fiqh, tafsir, hadits, akhlak, tasawuf, bahasa Arab dan lain sebagainya. Sekalipun sistem madrasah diterapkan di pesantren, namun di dalamnya tidak diajarkan pengetahuan umum.⁴

Dalam perjalanan pendidikan di Indonesia, pondok pesantren kini tidak lagi terbatas pada ajaran agama. Pondok pesantren telah memperluas wawasan mereka dengan menyesuaikan kebutuhan zaman melalui kurikulum pengetahuan modern. Tidak sekedar mempelajari ajaran agama seperti Al-quran dan kitab, kini pondok pesantren juga mempelajari mata pelajaran umum seperti matematika, sains dan bahasa asing. Selain itu, pondok pesantren juga memasukan teknologi dan internet pada ranah pesantren. Hal tersebut membuktikan adanya pengembangan pada kualitas pondok pesantren, dari pondok pesantren tradisional menjadi pondok pesantren modern.

Pondok Pesantren saat ini berupaya memadukan tradisi dengan metode kekinian. Dengan beberapa sistem pengajaran yang dimodifikasi, kurikulum terpadu serta sistem pengajaran formal ala klasikal. Kedua disiplin ilmu ini sama-sama diajarkan secara setara meskipun jumlah pelajaran agama lebih dominan. Perpaduan antara tradisionalitas dan modernitas yang diterapkan dalam pondok pesantren modern ini menjadikan kualitas di dalam pondok pesantren lebih menyelaraskan antara nilai-nilai tradisional dan

³ Dr. Kholis Tohir, *Model Pendidikan Pesantren Salafi* (Surabaya: Scopindo Media Pustaka, 2019). h. 6

⁴ Syamsul A'dlom, 'Sistem Pendidikan Pesantren Tradisional Dalam Era Modern', *Jurnal Pusaka*, 3.1 (2015), h. 41.

tuntutan zaman. Hal tersebut menjadikan santri tidak hanya diberikan ilmu pengetahuan agama namun juga dididik untuk memiliki kekuatan spiritual dan intelektual dalam menghadapi perubahan dunia.⁵

Pondok pesantren modern merupakan hasil pengembangan dari pesantren tradisional. Pondok pesantren modern ini mencoba menggabungkan nilai-nilai agama dengan pengetahuan modern. Baik dari sistem ataupun dari segala sisi, pembangunan pondok pesantren cenderung lebih kekinian dibanding dengan pondok pesantren tradisional atau salafi. Selain bentuk bangunan yang berbeda, pembelajaran yang diajarkan pun berbeda. Pondok pesantren modern lebih melibatkan integritas teknologi, dan pengembangan kurikulum yang lebih luas serta mengikuti perkembangan zaman.

Lembaga pesantren modern serta sistem pendidikan telah mengalami perubahan yang sangat signifikan. Para santri dapat menemukan dirinya sesuai dengan bakat dan minatnya, dikarenakan pesantren modern sangat menjunjung tinggi pengembangan bakat dan minatnya. Selain itu, fakta pesantren modern ialah memiliki pendekatan serius dalam mengajarkan santri berbahasa asing seperti bahasa Arab dan bahasa Inggris serta bahasa internasional lainnya.⁶

Dilihat dari corak-nya, pesantren tradisional memiliki ciri yaitu menggunakan kitab kuning sebagai sumber utama pendidikan, kurikulumnya disesuaikan khusus pengajaran agama dan sistem pengajaran yang unik terdiri yaitu mempunyai sistem pengajaran individual (sorogan) dan tradisional (wetonan, bandongan dan halaqah). Sedangkan pesantren yang bercorak modern memiliki ciri yaitu kurikulumnya terdiri atas pelajaran

⁵ DR. Abdul Tolib, 'Pendidikan Di Pondok Pesantren Modern', *Risalah Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam*, 1.1 (2015), h. 62.

⁶ Riskal Fitri, 'Pesantren Di Indonesia: Lembaga Pembentukan Karakter', *Al Urwatul Wutsqa: Kajian Pendidikan Islam*, 2.1 (2022), h. 48.

agama dan pelajaran umum sehingga adakalanya pesantren tidak mengajarkan kitab kuning. Dan selain itu, santri mempelajari pengetahuan agama dan non-religius menggunakan sistem pembelajaran kontemporer. Selain itu juga santri diberikan keterampilan seperti ekstrakurikuler dan fokus bahasa asing yang mereka gunakan sehari-hari.⁷

Seperti halnya Pesantren Modern Assa'adah yang menonjol sebagai contoh nyata dari pesantren modern yang menerapkan sistem gabungan antara tradisionalitas dan modernitas. Pondok pesantren yang terletak di Petir ini menciptakan lingkungan pembelajaran yang beradaptasi dengan tuntutan zaman sehingga menciptakan santri yang memiliki wawasan serta keterampilan yang dibutuhkan di masa kini. Selain berfokus dalam pendidikan, Pondok Pesantren Modern Assa'adah ini juga aktif dalam penyelenggaraan program sosial seperti latihan kepemimpinan dan keterampilan ekstrakurikuler. Sehingga menciptakan generasi yang siap membimbing dan menghadapi peluang zaman.

Penciptaan pondok pesantren merupakan perwujudan bagi kebutuhan sistem pendidikan alternatif. Keberadaan pondok pesantren sebagai lembaga pendidikan dan sebagai lembaga dakwah syiar Islam sosial keagamaan.⁸ Hal ini menggambarkan akan kecocokan masyarakat dengan sistem pelaksanaan pendidikan di pondok pesantren, di samping pendidikan agama, lingkungan pesantren juga menekankan tingkat kedisiplinan yang tinggi dan mengekspos santri pada berbagai tugas dan tanggung jawab serta berinteraksi dengan teman sebaya di lingkungan pondok pesantren.

Seperti halnya yang dikatakan diatas, bahwasanya Pondok Pesantren Modern Assa'adah merupakan bukti nyata pesantren modern yang

⁷ Hasbi Indra, *Pendidikan Pesantren Dan Sistem Perkembangan Sosial-Kemasyarakatan* (Yogyakarta: CV. Budi Utama, 2018)h. 21.

⁸ Marjani Alwi, 'Pondok Pesantren: Ciri Khas, Perkembangan, Dan Sistem Pendidikannya', *Lentera Pendidikan*, 16.No. 2 (2019), h. 2.

menerapkan sistem modernitas yang aktif dalam program sosial seperti latihan kepemimpinan. Menjadi pemimpin ialah hal yang sangat menyenangkan bagi santri di pondok pesantren Assa'adah, namun tidak dapat dipungkiri bahwa setiap manusia tidak bisa terhindar dari sebuah masalah. Individu sering kali bertemu dengan suatu masalah yang sering kali membuat seseorang tersebut merasa sedih dan tertekan. Menjabat sebagai pemimpin bukanlah suatu yang mudah, sehingga diperlukan tekad dan kedewasaan yang matang, keberanian dan juga kelapangan hati jika mengalami kesulitan.

Lingkungan pondok pesantren identik dengan kedekatan intensif dengan sesama santri, lingkungan ini mendorong terjalinnya hubungan sosial yang erat serta saling mendukung dalam setiap aktivitas keagamaan dan kehidupan sehari-hari. Selain itu, kedekatan tersebut juga memperkuat rasa solidaritas dan kebersamaan di antara para santri, sehingga menciptakan suasana yang kondusif untuk belajar dan berkembang secara spiritual maupun intelektual. Persaudaraan yang akrab dan interaksi yang baik merupakan bentuk adanya hubungan yang sehat di lingkungan pesantren. pondok pesantren merupakan tempat dimana santri menghabiskan waktu yang cukup lama berdampingan dengan berbagai adat istiadat dan bermacam-macam karakter yang dimiliki oleh setiap santri. Namun keunikan dari lingkungan ini juga dapat menciptakan berbagai bentuk tekanan dan stress yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis santri.

Berdasarkan hasil wawancara dengan empat santriwati kelas 5, yang merupakan kelas tinggi dan sedang menjabat menjadi pengurus. Ditemukan bahwa ada beberapa permasalahan yang sering dirasakan oleh santriwati kelas 5, permasalahan bisa berasal dari internal seperti target hafalan al-qur'an yang harus dicapai dan nilai akademik yang harus diatas rata-rata, dan eksternal yang biasanya berasal dari kepengurusan organisasi seperti adanya *miscommunication* dengan anggota pengurus yang lain, adanya pengurus

yang kurang berkontribusi dalam kegiatan kepengurusan dan adanya perbedaan pendapat antara pengurus dengan pengurus lainnya sering kali membuat hubungan menjadi renggang. Hal-hal tersebut sering membuat santriwati merasa tertekan atau stres.

Santriwati pengurus yang merasa kurang dihargai lebih sering untuk menghindar dari lingkungan dan lebih sering menyendiri, hal tersebut dapat memicu adanya stres. Menurut Gulo dalam oki stres diartikan sebagai sejenis frustrasi dimana adanya gangguan-gangguan dalam aktivitas yang dilakukan individu untuk mencapai tujuannya sehingga individu tersebut merasa cemas, was-was dan khawatir.⁹ Hal itu mengungkapkan bahwa stres adalah suatu keadaan yang dirasakan oleh santriwati karena adanya keadaan mengganjal pada dirinya. Keadaan yang berbeda dengan harapan dan kenyataan. Ketegangan serta kecemasan merupakan hasil dari beban yang dirasakan oleh individu terlalu berat dan tidak sepadan dengan kemampuan yang dimiliki sehingga individu mengalami stres.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu ustad yang merupakan bagian penanggung jawab kelas 5, menurut beliau permasalahan yang sering kali dijumpai ialah santriwati pengurus yang tidak mengikuti peraturan seperti telat untuk masuk ke kelas, santriwati pengurus yang kurang solid dan santriwati pengurus yang mengalami masalah dengan lawan jenis sehingga diberikan peringatan. Hal tersebut membuat santriwati pengurus sering kali mendapat teguran dari ustad maupun ustadzah.

Dalam menghadapi permasalahan yang ada, santriwati kelas 5 atau pengurus sering mengadakan perkumpulan untuk bermusyawarah dan bersama-sama mencari jalan keluar permasalahan. Santriwati yang merasakan teguran dan juga konflik sering kali merasa takut dan menjauh

⁹ Oki Tri Handoko, 'Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Lingkungan Pada Santri Baru', *Jurnal Fakultas Psikologi*, 1.2 (2013), h. 3.

dari lingkungan, santriwati sering berdiam diri di kamar dan mengurung diri. Hal tersebut dapat menimbulkan stress. Seperti yang dikatakan oleh Robbins dan Judge dalam Armanu bahwasanya faktor stress dapat dipicu melalui faktor lingkungan, faktor organisasi seperti tuntutan tugas, tuntutan peran dan tuntutan antar pribadi dan juga faktor pribadi.¹⁰

Santriwati pengurus yang merasakan tekanan dan stres yang signifikan tidak hanya mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka, tetapi juga dampaknya bisa meluas ke aspek fisik dan sosial. Maka dari itu stres menjadi perhatian utama bagi para santri di pondok pesantren. Dalam menghadapi stres, santri memiliki berbagai cara untuk mengatasinya, salah satunya ialah melalui bantuan dari kerabat dengan seperti teman.

Dukungan sosial ialah hadirnya seseorang yang secara pribadi menunjukkan kepeduliannya membantu menyelesaikan masalah dan kesulitan yang sedang dialami dengan memberikan nasehat, bimbingan serta arahan untuk menunjukkan jalan keluar.¹¹ Dalam konteks pondok pesantren, teman sebaya dapat menjadi sumber yang signifikan dalam memberikan dukungan sosial karena mereka berada dalam lingkungan yang sama, menghadapi tantangan yang serupa dan sebagai tempat berbagi pengalaman sehari-hari. Kepentingan dari teman sebaya sebagai sumber dukungan sosial santriwati dalam menangani stres di pondok pesantren menjadi lebih relevan, mengingat keterbatasan akses terhadap dukungan dari luar seperti keluarga.

Menurut Sarason dalam Rafi, mengatakan dukungan sosial mampu mencegah dampak stress, mengatasi peristiwa stress serta menurunkan potensi stress yang mengakibatkan masalah kesehatan. Dan menurut Sarafino & Smith dalam Rafi menjelaskan dukungan sosial dapat diartikan sebagai kenyamanan, perawatan ataupun bantuan yang diterima oleh individu dari

¹⁰ Armanu, *Stres: Di Era Turbelensi* (Malang: UB Press, 2021). h. 79

¹¹ Ahmad Fathan Abidi, *Konsep Dukungan Sosial*, Surabaya, 2018. h. 1

orang lain, hal tersebut dapat merujuk pada individu atau kelompok. Dukungan sosial yang ditunjukkan dapat membuat seseorang merasa dicintai, dihargai dan menjadi bagian dari jejaring sosial.¹²

Dalam Islam, seluruh umat muslim diajarkan untuk saling tolong menolong, saling membantu dalam kebaikan dan membantu memberikan dukungan. Dalam hal ini, maka teman sebaya bisa memberikan support kepada santri untuk lebih kuat dan semangat menjalankan kewajiban dan tanggung jawabnya. Teman sebaya juga dapat memberikan dukungan emosional, informasi dan instrumentasi yang diperlukan untuk mengatasi tekanan dan memberikan rasa keterhubungan yang mendalam kepada sesama teman sebaya, sehingga memungkinkan seseorang untuk memperoleh kekuatan dan rasa aman sehingga seseorang dapat menangani dengan baik stres yang sedang dirasakannya.

Maka dari itu, santriwati yang menerima lebih besar dukungan sosial dari teman sebaya akan dapat lebih mudah dalam mengelola dan mengurangi rasa stres yang dihadapi, begitu pula dengan santriwati yang sedikit menerima dukungan sosial dari teman sebaya akan lebih susah dalam memahami dan menangani stres yang sedang dihadapinya. Hal tersebut dipengaruhi oleh relasi dari santriwati tersebut dengan teman sebaya di lingkungan sekitarnya. Misal, orang yang memiliki relasi yang baik dengan orang lain cenderung memiliki mental dan fisik yang baik, karena bantuan dari teman merupakan sifat timbal balik dari hubungan pertemanan.

Berdasarkan hal diatas, sudah diakui secara umum bahwasanya dukungan sosial dari teman sebaya dapat membantu individu dalam menangani stress. Maka dari itu, Peneliti dalam penelitian berkonsentrasi pada bantuan sosial yang ditunjukkan kepada santriwati pengurus, dimana

¹² Muhammad Rafi Rahadiansyah, 'Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi', *Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1.No. 2 (2021), h. 3

banyak dukungan yang sangat dibutuhkan oleh santriwati pengurus yang sedang berusaha memecahkan permasalahan yang dialaminya. Karna teman sebaya adalah teman yang paling dekat dengan santriwati pengurus, maka peneliti bermaksud ingin menggali lebih dalam mengenai bagaimana dukungan sosial teman sebaya yang didapatkan dalam membantu menangani stres.

Tujuan utama penelitian ini adalah untuk menggali wawasan dan menyelidiki bagaimana santriwati kelas 5 di Pondok Pesantren Modern Assa'adah menerima dan menilai dukungan sosial dari teman sebaya dalam menghadapi stres. Dalam konteks pondok pesantren yang menjadi lembaga pendidikan mendasar yang sangat berkontribusi dalam pembentukan karakter generasi muda, oleh karena itu sangat penting untuk memahami lebih baik tentang bagaimana para santriwati pengurus menghadapi tekanan di lingkungan pesantren dan peran teman sebaya dalam proses tersebut.

Dengan demikian diharapkan penelitian ini akan memberikan wawasan yang berharga untuk pengembangan kebijakan pendidikan, dukungan sosial yang lebih efektif serta pendekatan yang lebih terhadap kesejahteraan mental untuk para santri. Demikian juga penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan kontribusi yang signifikan pada literatur lembaga bimbingan konseling Islam. Berdasarkan latar belakang diatas, penulis berkeinginan untuk meneliti permasalahan dengan judul “Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Menangani Stres Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Modern Assa'adah Petir”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana stres yang dialami oleh santriwati di pondok pesantren modern Assa'adah Petir?
2. Bagaimana dukungan sosial teman sebaya dalam membantu menangani stres di pondok pesantren modern Assa'adah Petir?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka dapat penulis rumuskan tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui bagaimana stres yang dialami oleh santriwati di pondok pesantren modern Assa'adah Petir
2. Untuk mengetahui bagaimana dukungan sosial teman sebaya dalam membantu menangani stres di pondok pesantren modern Assa'adah Petir

D. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang jelas dan diharapkan dapat memberikan manfaat secara praktis maupun teoritis, antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan khazanah keilmuan, khususnya tentang dukungan sosial dari teman sebaya dalam menangani stres.

2. Manfaat Praktis

Adapun hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada:

- a. Bagi peneliti: dapat mengetahui bagaimana dukungan sosial dari teman sebaya dalam menangani stress
- b. Bagi lembaga (Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten): sebagai masukan dan menambah hasil penelitian khususnya yang menyangkut tentang dukungan sosial dari teman sebaya dalam menangani stress.

- c. Bagi yayasan (Pondok Pesantren Modern Assa'adah): dapat memberikan sumbangan informasi dan dapat digunakan sebagai acuan dalam membentuk kebijakan atau program pendukung kesejahteraan mental di Pondok Pesantren Modern Assa'adah
- d. Bagi pembaca: dapat memberikan gambaran tentang dukungan sosial dari teman sebaya yang dilakukan oleh santri Pondok Pesantren Assa'adah dalam menangani stress.

E. Penelitian Terdahulu

Beberapa penelitian terdahulu ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan dengan peneliti, antara lain:

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode yang digunakan	Hasil Penelitian	Perbandingan dengan penelitian yang akan dilakukan
1	Andika Rahmadi	Hubungan dukungan sosial dengan coping stress pada santri darul falah	Metode Kuantitatif	Penelitian ini mendukung bahwa Dukungan sosial dari santri dapat mempengaruhi untuk memiliki Coping Stress yang tinggi. Sehingga	Objek penelitian, landasan teori dan tema penelitian serupa dengan penelitian yang akan dilakukan. Penulis juga melihat pada

				santri dapat menangani stres dengan mudah dan baik.	penelitian ini dari bentuk penelitian dukungan sosial teman sebaya dalam menangani stres. Maka penulis bisa menjadikan sebagai referensi.
2	Melda Sofia	Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan problem focused coping pada mahasiswa organisasi di fakultas psikologi universitas syiah kuala	Metode Kuantitatif	Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa dalam menghadapi masalah, mahasiswa organisasi mencoba untuk menyelesaikan dengan mencari bantuan dari orang lain yaitu teman	Objek penelitian, landasan teori dan tema pada penelitian serupa dengan yang sedang dilakukan. Penulis juga melihat pada penelitian ini yaitu dari bentuk dukungan sosial. Namun

				sebayanya agar dapat membantu menyusun dan membuat rencana untuk pemecahan masalah.	penelitian ini dilakukan dalam ranah mahasiswa
3	Yanti Asmarani	Dinamika stres santri baru di pondok pesantren modern Al-ikhlas	Metode Kualitatif	Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa sumber-sumber stres yang dirasakan oleh santri dikategorikan menjadi 2 yaitu keinginan yang tidak dicapai (frustasi) dan sumber stres dari lingkungan. Diketahui bahwa strategi coping yang dilakukan	Dari objek penelitian, landasan teori dan tema penelitian serupa dengan penelitian yang dilakukan. Penulis juga melihat pada penelitian ini adalah dari bentuk dukungan sosial dan konsep stres. Maka penulis menjadikan penelitian ini sebagai

				<p>untuk membantu masalah santri yaitu dengan cara cooping seeking social emotional support (mencari dukungan sosial) terutama pada teman sebayanya sehingga santri mampu menyesuaikan diri dan menerima tanggung jawab dengan kondisi yang dialami</p>	referensi
--	--	--	--	---	-----------

Berdasarkan tabel penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa ada beberapa kesamaan dan perbedaan dengan penelitian yang sedang dilakukan oleh peneliti, antara lain yaitu:

1. Persamaan awal dengan penelitian yang sedang dilaksanakan ialah sama-sama menjelaskan mengenai dukungan sosial teman sebaya dalam

membantu menangani stres. Sedangkan perbedaannya adalah fokus pembahasan, jika penelitian awal lebih berfokus pada coping stres yang dilakukan santri dan penelitian yang sedang dilakukan berfokus pada persepsi santri terhadap dukungan sosial yang diterima dalam membantu menangani stres.

2. Persamaan penelitian kedua dengan penelitian yang sedang dilakukan adalah sama-sama membahas mengenai stres yang ada di pesantren dan dukungan sosial teman sebaya sebagai bantuan dalam menangani stres dan sama-sama menggunakan metode kualitatif. Sedangkan perbedaannya adalah penelitian ini berfokus pada dukungan sosial emotional .
3. Persamaan penelitian ketiga dengan penelitian yang sedang dilakukan adalah sama-sama membahas mengenai stres pada organisasi. Sedangkan perbedaannya ada pada objek penelitiannya, pada penelitian tersebut adalah lingkungan mahasiswa sementara penelitian ini objek penelitian adalah pondok pesantren.

F. Definisi Operasional

Untuk memudahkan dalam memahami, adapun variabel yang perlu ditekankan dan dibahas secara operasional adalah sebagai berikut:

1. **Stres:** Menurut Hubfoll dalam Zaenal, mengatakan bahwa stres terjadi ketika individu merasa kehilangan atau kekurangan sumber daya dalam menghadapi tuntutan pekerjaan.¹³

Dan Menurut Triantoro dan Nofrans, Stres adalah suatu keadaan yang menekan sehingga seseorang merasa tidak berdaya dan menimbulkan gejala-gejala yang negatif, misalnya: pusing, mudah marah, sedih, sulit

¹³ Dr. Henni Zaenal, *Stres Kerja* (Jambi: Pt. Sonpedia Publishing Indonesia, 2023).
h. 2

berkonsentrasi, nafsu makan bertambah, sulit tidur ataupun merokok terus.¹⁴

2. Dukungan Sosial Teman Sebaya: Papalia, Old dan Feldman dalam Rahmadi menjelaskan bahwa teman sebaya atau yang lebih dikenal dengan sebutan *peer* merupakan kelompok individu yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama.¹⁵

Dan Menurut House dan Khan dalam Joyakin, dukungan sosial adalah tindakan yang bersifat membantu yang melibatkan emosi, pemberian informasi, bantuan instrumen dan penilaian positif pada individu dalam menghadapi permasalahannya.¹⁶

¹⁴ Triantoro Safaria and Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2012). h. 44

¹⁵ Dr. Haji Rahmadi, *Pengantar Pendidikan (Teori Dan Aplikasi)* (CV. Azka Pustaka, 2023). h. 67

¹⁶ Dr. Joyakin Tampubulon, *Analisis Sosial Kesejahteraan Keluarga Dan Bencana Alam* (Yogyakarta: Pt Nas Media Pustaka, 2023) h. 14.