

**DINAMIKA STRES SANTRI BARU DI PONDOK PESANTREN
MODERN AL-IKHLAS LABUNTI KECAMATAN LASALEPA
KABUPATEN MUNA**



Skripsi

Diajukan untuk Memenuhi Syarat Mengikuti Seminar Skripsi Pada Program
Studi Bimbingan Dan Penyuluhan Islam

OLEH:

YANTI ASMARANI

NIM. 17030102019

**FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)**

KENDARI

2023



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KENDARI
USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Sultan Qaimuddin No. 17 Kelurahan Baruga, Kendari Sulawesi Tenggara
Telp/Fax. (0401) 3193710/ 3193710
email : iainkendari@yahoo.co.id website : http://iainkendari.ac.id

PENGESAHAN SEMINAR SKRIPSI

Skripsi dengan Judul "DINAMIKA STRES SANTRI BARU DI PONDOK PESANTREN MODERN AL-IKHLAS LABUNTI KECAMATAN LASALEPA KABUPATEN MUNA" yang ditulis oleh YANTI ASMARANI NIM. 17030102019 Mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Kendari, telah diuji dan dipresentasikan dalam Seminar Skripsi yang diselenggarakan pada hari Selasa tanggal 01 November 2022.

Dosen Penguji Seminar Skripsi

Ketua : **Dr. Ros Mayasari S.Ag, M.Si** (.....)

Sekretaris : **Dr. H. Samsuri S.Ag, S.Pd, M.Pd** (.....)

Anggota I : **Dr. Ni'matuz Zuhrah Lc., M. Th.I** (.....)

Kendari, Februari 2023

Dekan

Dr. Nurdin S.Ag, M.Pd.,
NIP. 197007091999031003

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa segala informasi dalam skripsi berjudul “*Dinamika stres santri baru di pondok pesantren Modern Al-Ikhlas Labunti Kecamatan Lasalepa Kabupaten Muna*” dibawah bimbingan Dr. Ros Mayasari S.Ag, M.Si, telah diperoleh dan disajikan sesuai dengan peraturan akademik dan kode etik IAIN Kendari.saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi. Semua sumber rujukan yang digunakan dalam skripsi ini telah disebutkan didalam daftar pustaka. Dengan penuh kesadaran saya menyatakan bahwa skripsi ini merupakan duplikat, tiruan, plagiasi, dibuat oleh orang lain secara keseluruhan atau sebagian. Maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Kendari, 18 Januari 2023

25 Jumadil Akhir 1444H



YANTI ASMARANI

17030102019

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Institut Agama Islam Negeri Kendari, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yanti asmarani

NIM : 17030102019

Program Studi : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Fakultas : Ushuluddin Adab dan Dakwah

Jenis Karya* : Skripsi

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Institut Agama Islam Negeri Kendari Hak **Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Dinamika stres santri baru di pondok pesantren Modern Al-Ikhlas Labunti kecamatan Lasalepa Kabupaten Muna)”

berserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Institut Agama Islam Negeri Kendari berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Kendari

Pada tanggal : 18 Januari 2023

Yang menyatakan



YANTI ASMARANI

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحمد لله رب العالمين و الصلاة و السلام

على أشرف الأنبياء و المرسلين و علي آله و أصحابه أجمعين . أما بعد

Puji syukur Alhamdulillah atas kehadiran Allah SWT Karena dengan limpahan serta hidayah-Nya telah memberkekuatan, kesehatan, dan kesempatan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “**Dinamika stres santri baru di Pondok Pesantren Modern Al-Ikhlas Labunti**”. Dalam rangka memenuhi kewajiban dan syarat-syarat memperoleh gelar sarjana Ushuluddin Adab dan Dakwah Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam. Shalawat serta salam, penulis haturkan kepada Nabi Muhammad SAW serta keluarga dan para sahabatnya yang telah memperjuangkan ajaran yang haq yakni Islam sebagai tuntunan hidup di dunia dan akhirat.

Penulis menyadari bahwa selama penulisan skripsi ini tentunya banyak kesulitan dan hambatan yang telah dihadapi. Dalam mengatasinya penulis tidak dapat melakukan sendiri tanpa bantuan orang lain. Atas bantuan yang diberikan selama penelitian maupun dalam skripsi ini, maka dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih sedalam-dalamnya kepada: Allah SWT Yang Maha Esa yang telah memberikan limpahan rahmad dan hidayah-Nya sehingga mampu menyelesaikan penulisan skripsi ini, serta ayahanda tercinta **La Ada** dan ibunda **Waode Ndomali** yang telah melahirkan, mendidik dan mengasuh dengan penuh kasih sayang serta pengorbanannya baik moril maupun materil dengan iringan doanya yang paling tulus dan juga Kakak ku tercinta **Fitriani S.Pd** serta Adikku **Stela Maris, Muhammad Asdar** dan **Muhammad Hasan** yang selalu mendoakan dan menyemangati penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

1. Prof. Dr. Faizah Binti Awad, M.Pd selaku Rektor IAIN Kendari yang telah memberikan dukungan saran dan fasilitas serta kebijakan yang mendukung penyelesaian studi penulis.
2. Dr. Nurdin, S.Ag.,M.Pd., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Kendari.

3. Dr. Ni'Matuz Zuhrah Lc., M.Th.I, selaku Ketua Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Kendari yang senantiasa memberi motivasi, nasehat serta saran kepada peneliti.
4. Sitti Fauziah M, S.Pd.I., M.Pd., selaku penasehat akademik saya yang selalu mengarahkan, mensupport dan selalu mendengarkan keluh kesah saya sejak awal perkuliahan hingga saat ini.
5. Dr. Ros Mayasari S.Ag, M.Si, selaku pembimbing yang telah meluangkan waktunya dengan penuh ketekunan memberikan bimbingan serta pengarahan dan penyelesaian Skripsi ini.
6. Dr. H. Samsuri S.Ag, S.Pd, M.Pd dan Dr. Ni'matuz Zuhrah Lc., M. Th.I, selaku dosen penguji yang tak pernah bosan dan lelah dalam memberikan petunjuk dan bimbingan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.
7. Tilman S.Sos., M.M., sebagai Kepala Perpustakaan IAIN Kendari dan seluruh staf yang telah memfasilitasi penulis dalam mengakses pustaka dalam penyelesaian Skripsi ini.
8. Kepada seluruh dosen dan tenaga kependidikan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Kendari yang dan cekatan dalam melayani setiap urusan dan keluhan penulis dalam penyelesaian skripsi, khususnya Alm. Ibu Dra. Syamsinah yang tak pernah lelah untuk menghadapi mahasiswa akhir saat mengurus berkas
9. Polimba S.Pd,i selaku pimpinan pondok pesantren Modern Al-Ikhlas Labunti, pembina ustadz/ustadzah dan para santriwan dan santriwati yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu, yang telah banyak membantu kelancaran pelaksanaan penelitian dan memberikan berbagai informasi penting yang dibutuhkan dalam penulisan skripsi ini.
10. Rekan-rekan seperjuangan BPI 2017, teman seperjuangan yang selalu menyemangati dan mengingatkan deadline, terutama kepada saudari saya Elni S.Sos, Sartina S.Sos dan Nimas Priwilandari S.Sos.
11. Teman-teman saya, terkhusus Sitti Maryam Buchari S.Pd, Mardiana, Hasriani S.Pd, Afrimah, Hasmira, Ustadzah Inelda dan Nilam Masjidah yang telah banyak mendukung dan membantu saya dalam penyelesaian skripsi ini.

12. Seluruh pihak sahabat-sahabat saya yang telah mendukung, membantu dan menyemangati, khususnya Waode Yusniar, Nur Sawalti, Ica Monika, Laode Sadarudin, Abdul Wahab, Agung dan juga teman-teman dari whatsapp yang selalu memberikan suport dll., yang telah menjadi *mood booster* ku saat jenuh dalam penyelesaian penulisan ini, *Thank You Gengs*.

Semoga bantuan mereka dapat menjadi amal shaleh dan diterima oleh Allah SWT, *Aamiin Yaa Robbal 'Alamin*. Akhirnya, penulis mengharapkan saran dan kritikan yang bersifat membangun untuk penyempurnaan skripsi ini dan semoga hasil penelitian ini bermanfaat bagi kita semua. *Aamiin Yaa Robbal'Alamin*



Kendari, 18 Januari 2023

Penulis

YANTI ASMARANI

NIM. 17030102019

ABSTRAK

YANTI ASMARANI. 17030102019. “Dinamika Stres Santri baru di Pondok Pesantren Modern Al-Ikhlas Desa Labunti Kecamatan Lasalepa Kabupaten Muna.”

Dibimbing oleh: Dr. Ros Mayasari S.Ag.,M.Si

Skripsi ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana dinamika stres santri baru di Pondok Pesantren Modern Al-Ikhlas Labunti. Jenis penelitian ini adalah kualitatif dengan jenis penelitian studi *Narrative Inquiry*. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan beberapa hal, 1) Sumber stres berupa adanya keinginan yang tidak tercapai (frustasi), persepsi santri terhadap kemampuannya untuk beradaptasi dengan situasi atau tuntutan ponpes, dan kondisi lingkungan meliputi fisik berupa kondisi kamar yang kotor, keributan, kamar mandi terbatas, dan lingkungan sosial berupa kurangnya komunikasi, pertengkaran, perbedaan kebiasaan yang dialami di rumah dengan di pesantren, kesurupan pada santriwati, pemakaian barang privasi tanpa izin. 2) Gejala-gejala stres yang dialami santri baru yaitu, a) Gejala stres berupa gejala fisik seperti pusing, sulit mengatur pernapasan dan jari-jari dingin. b) Gejala psikologis yang terjadi yaitu kurang percaya diri, hilang konsentrasi, mudah marah, rasa takut, putus asa, sulit mengontrol pikiran. c) Gejala perilaku seperti kualitas tidur yang rendah, hilang nafsu makan, kurang merawat diri dan agresi. Terjadi dampak lanjutan dari stres yaitu : bolos dari pembelajaran dan melarikan diri (kabur). 3) Strategi *copyng stres* santri baru menggunakan *emotional focused copyng* yang meliputi *Seeking social emotional support* (bercerita dengan teman, ustadzah, Ustadz, orangtua, dan mendekati diri kepada Allah), *Positive reappraisal* (berfikir positif, sabar, dzikir, dan bersyukur) dan *Accepting responsibility* (mencari cara menyelesaikan masalah, menerima tanggungjawab dan mampu menyesuaikan diri).

Kata kunci : Dinamika stres, santri baru, pondok pesantren

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat penelitian	8
1.5 Defenisi Operasional	9
BAB II KAJIAN TEORI	10
2.1 Pondok Pesantren.....	10
2.1.1 Pengertian Pesantren.....	10
2.1.2 Ciri-ciri Pendidikan Pesantren.....	11
2.1.3 Tujuan Pendidikan Pesantren.....	12
2.2 Santri	13
2.2.3 Pengertian santri.....	13
2.3 Stres	17
2.3.1 Pengertian Stres	17
2.3.3 Gejala dan tanda-tanda stres	21
2.3.4 Faktor-faktor penyebab stres.....	23
2.4. Islam dan stres.....	Error! Bookmark not defined.
2.6 Kerangka pikir	49
BAB III METODE PENELITIAN	53
3.1 Jenis Penelitian	53
3.2 Waktu dan Lokasi Penelitian	54
3.3 Sumber Data	54
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	55
3.5 Instrumen Penelitian.....	56
3.6 Teknik Analisis Data	57
3.7 Pengecekan Keabsahan Data	59

BAB IV HASIL PENEALITIAN DAN PEMBAHASAN.....	61
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	61
4.1.1 Profil Pondok Pesantren Moderen Al-Ikhlas Labunti	61
4.1.2 Sejarah singkat Pondok Pesantren Moderen Al-Ikhlas Labunti	61
61	
4.1.3 Visi, Misi dan Tujuan Pondok Pesantren Al-Ikhlas Labunti.....	62
4.1.4 Sarana dan Prasarana	63
4.2 Hasil Penelitian.....	64
4.2.1 Sumber stres santri baru di Pondok Pesantren Moderen Al-	
Ikhlas Labunti.....	66
4.2.2 Gejala-gejala stres santri baru di Pondok Pesantren Modern Al-	
Ikhlas Labunti.....	71
4.2.3 Strategi <i>copyng stres</i> santri baru di Pondok Pesantren Moderen	
Al-Ikhlas labunti	84
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian.....	94
4.3.1 Sumber-sumber stres santri baru	95
4.3.2 Gejala-gejala stres santri baru	100
4.3.3 Strategi <i>copyng</i> stres santri baru.....	106
BAB V PENUTUP.....	110
5.1 Kesimpulan	110
5.2 Saran.....	111
5.3 Keterbasan Penelitian.....	112
DAFTAR PUSTAKA	113
LAMPIRAN.....	115

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 sarana dan prasarana pondok pesantren Moderen Al-Ikhlash Labunti	64
Tabel 4.2 Rutinitas Pondok Pesantren Modern Al-Ikhlash Labunti	65
Tabel 4.3 Sumber-sumber stres santri baru	71
Tabel 4.5 Strategi Copypng stres santri baru	94

