

**SURVEI TINGKAT *PSYCHOLOGICAL DISTRESS* SANTRI
PONDOK PESANTREN DINIYAH FORMAL NURUL JANNAH
BANJARMASIN**

SKRIPSI

**Oleh :
KHAIRUNNISA**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
BANJARMASIN**

2022

**SURVEI TINGKAT *PSYCHOLOGICAL DISTRESS* SANTRI
PONDOK PESANTREN DINIYAH FORMAL NURUL JANNAH
BANJARMASIN**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Psikologi

Oleh :

KHAIRUNNISA

170104040279



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
JURUSAN PSIKOLOGI ISLAM
BANJARMASIN**

2022

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Khairunnisa
Nim : 170104040279
Tempat Tanggal Lahir : Amuntai, 31 Maret 1998
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan : Psikologi Islam

Dengan ini menyatakan skripsi saya yang berjudul : "Survei Tingkat *Psychological Distress* Santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah Banjarmasin" adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 22 Juli 2022

Yang membuat pernyataan,



Khairunnisa

NIM. 170104040279



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Email: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id website www.pi.uin-antasari.ac.id

Jl. A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin KodePos 70235 Telp (0511) 3266593

Surat Keterangan Lulus Uji Plagiasi

Nomor: 2091/Un.14/III.3/PP.00.9/07/2022

Ketua Prodi Psikologi Islam menerangkan bahwa karya ilmiah:

Nama : Khairunnisa

NIM : 170104040279

Prodi : Psikologi Islam

Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Judul Karya Ilmiah : "Gambaran Psychological Distress Santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah Banjarmasin"

Telah dinyatakan **lulus uji plagiasi** dengan Prosentase sebagaimana terlampir.

Demikian surat keterangan lulus uji plagiasi ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 11 Juli 2022

Menyetujui
An. Ketua Program Studi Psikologi Islam
Sekretaris



Yulia Hairina



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Email: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id website www.pi.uin-antasari.ac.id

Jl. A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin KodePos 70235 Telp (0511) 3266593

Hasil Uji Plagiasi

Nama : Khairunnisa

NIM : 170104040279

Bab	Tahap		Ket
	1	2	
1	28	20	Lulus
2	29	28	Lulus
3	28	27	Lulus
4	23	20	Lulus
5	15	12	Lulus

Banjarmasin, 11 Juli 2022

Menyetujui

An. Ketua Program Studi Psikologi Islam

Sekretaris



Julia Hairina

PERSETUJUAN SKRIPSI

Survei Tingkat *Psychological Distress* Santri Pondok Pesantren Diniyah Formal
Nurul Jannah Banjarmasin

Dipersembahkan dan disusun oleh:

Khairunnisa

NIM. 170104040279

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing
untuk dapat diajukan kepada Tim Penguji

Pembimbing 1



Mahdia Fadhila, M. Psi, Psikolog
NIP. 19870802 202203 2 001

Pembimbing 2



Yulia Hairina, M. Psi, Psikolog
NIP. 19820215 20150 3 200

Mengetahui,

Ketua Jurusan Psikologi Islam



Shanty Komalasari, M.Psi, Psikolog

NIP. 19830215 201503 2 002

Tanggal, 08 Juli 2022

PENGESAHAN SKRIPSI
SURVEI TINGKAT *PSYCHOLOGICAL DISTRESS* SANTRI PONDOK PESANTREN
DINIYAH FORMAL NURUL JANNAH BANJARMASIN

Dipersembahkan dan disusun oleh :

Khairunnisa

NIM. 170104040279

Telah Diajukan pada Tim Penguji

Pada 22 Juli 2022

TIM PENGUJI

Nama	Tanda Tangan
1. Dra. Mulyani, M. Ag (Ketua Penguji)	1. 
2. Widiya Aris Radiani, M. Psi, Psikolog (Dosen Penguji 1)	2. 
3. Mahdia Fadhila, M. Psi, Psikolog (Dosen Penguji 2)	3. 
4. Yulia Hairina, M.Psi,Psikolog (Dosen Penguji 3)	4. 
5. Muhammad Syafi'I, M. Ag (Notulen)	5. 

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
UIN Antasari Banjarmasin,



Nirwana, M.Ag
61227200312 1 002

ABSTRAK

Khairunnisa.170104040279 *Survei Tingkat Psychological Distress Santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah Banjarmasin, Skripsi, Banjarmasin, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, Jurusan Psikologi Islam, 2022, Pembimbing: (1) Mahdia Fadhila, M.Psi. Psikolog (2) Yulia Hairina, M.Psi. Psikolog.*

Kata Kunci : *Psychological Distress*; Santri; Pondok Pesantren

Santri ialah pelajar yang menempuh pendidikan agama maupun formal di pesantren, pesantren tradisional di era sekarang ini kebanyakan masih mempertahankan ajaran kitab kuning disertai dengan berbagai hafalannya, aturan dan pendisiplinan merupakan ciri khas pesantren dimana hal ini tidak ditemukan di sekolah formal, bagi santri yang masih beradaptasi di lingkungan tentu hal ini menjadi beban/tekanan sehingga menimbulkan stres, bagi mereka yang mampu mengatasi stresnya hal ini akan mengarah pada hal positif (*eustress*) sedangkan bagi mereka yang tidak dapat menangani stresnya akan menimbulkan dampak negatif (*distress*) yang jika tidak ditangani gejalanya akan meluas dan menimbulkan tekanan psikologis (*psychological distress*). *Psychological distress* ialah keadaan subjektif yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan 2 aspek utama berupa depresi dan kecemasan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat *psychological distress* santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah Banjarmasin dan faktor-faktor yang berpengaruh terjadinya *psychological distress* pada santri.

Metode penelitian dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan survei. Teknik pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* dengan metode *simple random sampling* dengan kriteria yang telah ditentukan, yaitu: merupakan santri yang saat ini menempuh pendidikan agama dan formal di Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah Banjarmasin berusia 13-19 Tahun. Responden berjumlah 244 santri/wati. Alat ukur yang digunakan merupakan alat ukur yang telah baku yakni Kessler *psychological distress scale* (K-10) yang telah dinyatakan valid dan reliable dalam bahasa Indonesia dengan tingkat sensitivitas 85,7% ; spesifitas 74%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) santri pondok pesantren diniyah formal Nurul Jannah Banjarmasin mengalami tingkat *psychological distress* santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah Banjarmasin dalam kategori sedang baik pada aspek depresi maupun kecemasan. (2) faktor yang mempengaruhi terjadinya *psychological distress* yang terjadi pada santri ialah faktor situasional, faktor sosiodemografi, sumber daya pribadi dan faktor-faktor yang berhubungan dengan *stress*.

MOTTO

“APAPUN YANG TERJADI HIDUP HARUS TERUS BERLANJUT”

ANONYMOUS

**“SATU-SATUNYA TEMPAT PALING BEBAS DI ALAM SEMESTA
ADALAH RUANG KELAS”**

-ROCKY GERUNG

KATA PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua tercinta Asrani dan Norhasanah, suamiku Ahmad Dha'il dan anakku Alm. Ahmad Mufasa Ahgaff, sert saudara-saudaraku Meka Selvia, Almh.Siti Khadijah, Salsa Nadila dan Auliana Azizah yang senantiasa memberi semangat, motivasi dan dorongan baik dalam bentuk material maupun non-material, serta ketulusan dari hati atas doa-doa yang tak pernah putus dipanjatkan sampai dengan penyelesaian skripsi ni. Seluruh keluarga, sahabat, teman-teman Prodi Psikologi Islam angkatan 2017 yang sudah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga hasil karya tulis ilmiah ini dapat membawa manfaat dan semoga setiap langkah kita selalu diridhoi dan mendapat perlindungan oleh *Allah subhanahu wa ta'ala. Aamiin ya Robbal 'alamin.*

KATA PENGANTAR

أَلْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَبِهِ نَسْتَعِينُ عَلَى أُمُورِ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ طَبَّ الْقُلُوبِ وَدَوَّاهَا وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ أَمَّا بَعْدُ:

Alhamdulillah, puji dan syukur yang tak berakhir penulis panjatkan kehadiran Allah *Subhaanallahu wa Ta'ala*, atas rahmat dan karunia serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Survei Tingkat *Psychological Distress* Santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah Banjarmasin)”. Shalawat serta salam penulis curahkan kepada junjungan kita Nabi besar Nabi Muhammad *Shalallahu alaihi wassalam*, yang telah menunjukkan jalan kebenaran kepada umat manusia, beserta keluarganya, para sahabat dan para pengikutnya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa proses penyusunan skripsi ini tidaklah mudah dan masih banyak terdapat kekurangan. Dalam proses pengerjaan skripsi ini banyak sekali halangan dan rintangan dalam setiap proses yang dialami oleh penulis. Namun atas izin Allah *Subhaanallahu wa Ta'ala* dan juga bantuan dari berbagai pihak berupa bantuan dari pembimbing, motivasi dan dukungan yang didapatkan dari keluarga terutama suami, teman-teman, dan dosen psikologi islam sehingga memberikan pengaruh yang besar kepada penulis sehingga selesailah skripsi ini. Oleh karena itu, dengan setulus hati penulis sangat berterima kasih kepada semua pihak yang sudah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini meskipun peneliti mengetahui skripsi ini belum sempurna dan banyak

yang harus diperbaiki melalui kritikan dan saran yang diterima penulis demi menyempurnakan naskah skripsi ini.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini banyak sekali pihak yang membantu penulis, untuk itu penulis mengucapkan berterima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Dzikri Nirwana, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
2. Ibu Shanty Komalasari, M.Psi, Psikolog selaku Ketua Jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang telah membuat program P2SPI sehingga penulis bisa selesai mengerjakan skripsi lebih cepat.
3. Ibu Mahdia Fadhila, M.Psi, Psikolog dan ibu Yulia Hairina, M.Psi, Psikolog selaku pembimbing skripsi yang sangat baik dalam memberikan arahan dan motivasi sehingga bisa terselesaikan skripsi ini.
4. Seluruh dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang selama ini telah memberikan ilmu dan pendidikan yang bermanfaat bagi penulis, sehingga penulis bisa menyelesaikan studi di Fakultas ini.
5. Suami dan Anakku yang selalu kurindukan Alm. Ahmad Mufasa Ahgaff, seluruh keluarga besar, khususnya orang tua, mertua, adik dan kakakku yang menjadi dorongan terkuat aku memutuskan kembali bersemangat dan menyelesaikan studi dan skripsiku.

6. Kepala Perpustakaan Pusat UIN Antasari Banjarmasin, Kepala Perpustakaan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, dan Pengurus Laboratorium Psikologi Islam yang telah memberikan sarana dan prasarana berupa buku-buku yang menunjang isi penelitian skripsi ini serta memberikan fasilitas tempat yang nyaman untuk peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini.
7. Kepala Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah Banjarmasin dan jajaran ustadz-ustadzah yang memperkenankan dan membantu penelitian ini serta seluruh santri khususnya responden yang bersedia terlibat dalam penelitian ini dan meluangkan waktu serta memberikan informasi yang berkaitan dengan penelitian ini.
8. Teman-teman ku, Desy, Lulu, Dea, Orient, Rika, Kamilah, Azizah, Nunuy, Muna K, Nurul, Risma dan teman-teman angkatan 2017, yang selalu memberikan semangat, bantuan, dukungan dan motivasinya ketika penulis mengalami kesulitan dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. *Last but not least, I wanna thank me. I wanna thank me for believing in me , I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting, for just being me at all this time.*

Banjarmasin, 22 Juli 2022

Penulis

TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA

A. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
أ	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Ša	š	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ĥa	ĥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Žal	Ž	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Šad	š	es (dengan titik di bawah)
ض	Ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ṭa	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	`ain	`	koma terbalik (di atas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	‘	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

B. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau *monoftong* dan vokal rangkap atau *diftong*.

1. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, translitserasinya sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَ	Fathah	A	A
ـِ	Kasrah	I	I
ـُ	Dammah	U	U

2. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ـِى...	Fathah dan ya	Ai	a dan u
ـِو...	Fathah dan wau	Au	a dan u

Contoh :

- كَتَبَ kataba
- فَعَلَ fa`ala
- سَأَلَ suila

C. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
أ...إ...ى...	Fathah dan alif atau ya	Ā	a dan garis di atas
ى...ى...	Kasrah dan ya	Ī	i dan garis di atas
و...و...	Dammah dan wau	Ū	u dan garis di atas

Contoh:

- قَالَ qāla
- رمي ramā
- قيل qīla

D. Syiddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tanda tasydid, ditransliterasikan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu.

Contoh:

- نَزَّلَ nazzala
- البِرُّ al-birr

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
SURAT BEBAS PLAGIASI.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	v
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	vi
ABSTRAK	vii
MOTTO	viii
KATA PERSEMBAHAN	ix
KATA PENGANTAR.....	x
TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA.....	xv
DAFTAR ISI.....	xvi
DAFTAR TABEL	
.....	xvi
ii	
DAFTAR BAGAN.....	
xix	
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	19
C. Tujuan Penelitian	19
D. Signifikasi Penelitian.....	20
E. Definisi Istilah	21
F. Penelitian Terdahulu	24
G. Sistematika Penelitian	28
BAB II LANDASAN TEORI	29
A. <i>Psychological Distress</i>	29
B. Pesantren Dan Santri	49
C. Tantangan Masa Remaja	57

D. Remaja Sebagai Santri	63
E. <i>Psychological Distress</i> Pada Santri	64
F. Kerangka Berpikir	67
BAB III METODE PENELITIAN	68
A. Jenis Penelitian	68
B. Lokasi Penelitian	68
C. Populasi dan Sampel	69
D. Teknik Pengambilan Sampel	69
E. Data dan Sumber Data	70
F. Teknik Pengumpulan Data	71
G. Alat Ukur Penelitian	72
H. Teknik Pengolahan dan Analisis Data	73
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	75
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	75
B. Hasil Analisis Data Penelitian	79
C. Pembahasan	98
D. Keterbatasan Penelitian	113
BAB V PENUTUP	114
A. Kesimpulan	115
B. Rekomendasi	115
DAFTAR PUSTAKA	118
LAMPIRAN	121

DAFTAR TABEL

Tabel 1.3 Blueprint Skala Kessler <i>Psychological Distress Scale</i>	72
Tabel 1.4 Tahapan Penelitian	78
Tabel 2.4 Hasil Uji Normalitas	80
Tabel 3.4 Deskripsi Statistik Data Penelitian	81
Tabel 4.4 Kategorisasi Tingkat <i>Psychological Distress</i>	85
Tabel 5.4 Tingkat <i>Psychological Distress</i> Berdasarkan Usia	86
Tabel 6.4 Tingkat <i>Psychological Distress</i> berdasarkan Jenis Kelamin	88
Tabel 7.4 Kategorisasi Tingkat Kecemasan	89
Tabel 8.4 Tingkat Kecemasan Berdasarkan Usia	89
Tabel 9.4 Tingkat Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin	90
Tabel 10.4 Kategorisasi Tingkat Depresi	91
Tabel 11.4 Tingkat Depresi Berdasarkan Usia	92
Tabel 12.4 Tingkat Depresi Berdasarkan Jenis Kelamin	93
Tabel 13.4 Hasil Mean Aspek <i>Psychological Distress</i>	94
Tabel 14.16 Faktor yang berpengaruh terjadinya <i>Psychological Distress</i>	96
Tabel 15.4 Frekuensi rentang jawaban responden	97

DAFTAR BAGAN DAN DIAGRAM

Skema 1.2 Kerangka Pikir.....	67
Diagram 1.4 Data Jenis Kelamin Responden	82
Diagram 2.4 Data Usia Responden	82
Diagram 3.4 Data Tingkat pendidikan Responden	83
Diagram 4.4 Data Kelas Responden	84
Diagram 5.4 Distribusi Tingkat <i>Psychological Distress</i> Santri Berdasarkan Jenis Kelamin	87
Skema 1.4 Tingkat <i>Psychological Distress</i> Santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Banjarmasin	117