

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, langkah pertama yang dilakukan adalah menentukan tempat penelitian. Penelitian ini dilaksanakan di Pondok pesantren diniyah formal Nurul Jannah Banjarmasin, yang beralamat Jl.Gerilya Gg.Bambu RT.29 RW.08 NO.19 Kelurahan Kelayan Timur Kecamatan Banjarmasin Selatan Kota Banjarmasin.

1. Sejarah Singkat Berdirinya Pesantren

Pondok Pesantren Pendidikan Diniyah Formal (PDF) Nurul Jannah sekarang merupakan perwujudan do'a dari seseorang yang belajar ilmu pengetahuan agama Islam di Mekkah Almukarramah. Nama Beliau adalah KH. Basyirun Ali. KH. Basyirun Ali sempat tinggal di kota Mekkah 11 tahun lamanya, dia senantiasa memanjatkan do'a kepada Allah di depan pintu Baitullah agar dapat dikabulkan keinginannya membangun sebuah Pondok Pesantren yang dilengkapi dengan kepengurusan serta ustadz-ustadzah yang terdiri dari orang-orang yang benar-benar ikhlas dalam menyelenggarakan dan mengelola Pondok Pesantren. Keinginan tersebut semakin menggebu-gebu setelah mengikuti sebuah seminar di Mekkah. dari situ kemudian semakin kuat keinginan beliau membangun pesantren. Setelah kembali beliau dari Mekkah Al-Mukarramah, KH. Basyirun Ali mendirikan sebuah Pondok Pesantren di kampung halamannya, yaitu di desa Margasari Ilir Kab. Tapin Kota Rantau Kalimantan Selatan tepat pada tahun 1989. Satu tahun setelah berdirinya

Pondok pesantren tersebut beliau hijrah ke kota Banjarmasin. Dengan alasan untuk mencari tambahan ekonomi keluarga. Pada suatu ketika beliau berjalan di jalan Gerilya Gang Bambu RT 29 RW 08 Kelurahan Kelayan Timur Kecamatan Banjarmasin Selatan Kota Banjarmasin. Di situlah Alm KH. Basyirun Ali membeli sebidang tanah yang kemudian di bangun sebuah rumah untuk di kontrakan. Alm. KH. Basyirun Ali kemudian merasa prihatin melihat masyarakat disekitar rumah kontrakan tersebut terkait pengetahuan agama dalam kehidupan sehari-hari, juga pergaulan remaja dilingkungan tersebut juga turut beliau soroti. Melihat kenyataan masyarakat demikian K.H Basyirun Ali kemudian menyampaikan niatnya untuk membina keagamaan masyarakat melalui pendidikan kepesantrenan. Keinginan tersebut disambut baik oleh pemuka-pemuka agama dan masyarakat setempat. Sehingga di bangunlah Pondok Pesantren dekat rumah kontrakan beliau, dengan nama yang sama dengan Pondok Pesantren di kampung halaman Almarhum yaitu Nurul Jannah.¹

2. Visi Misi Pondok Pesantren

Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah memiliki visi dan misi yakni :

¹ "Profil PDF Ulya Nuru Jannah," T.T.

Visi :

- a. Terwujudnya santri/santriyah yang beriman, bertaqwa, dan berakhlak mulia, cerdas, terampil, serta berdaya guna bagi masyarakat.
- b. Terampil dalam membaca kitab kuning.

Misi :

- a. Meningkatkan bimbingan pendidikan agama.
 - b. Meningkatkan mutu pendidikan.
 - c. Menciptakan lingkungan masyarakat yang agamis.²
3. Kegiatan dan program unggulan Pesantren

Program unggulan Pondok Pesantren Pendidikan Diniyah Formal Nurul Jannah adalah Diskusi Kitab Kuning. Dalam diskusi kitab kuning, santri diminta untuk membaca dan menjelaskan isi kitab yang dibacanya, setelah itu santri yang membaca kitab tersebut ditanya oleh Ustadz dan santri yang lain tentang apa yang dibaca sebelumnya, baik dalam segi pemahaman ataupun I'rabnya(struktur kalimat). Dengan adanya diskusi kitab kuning, santri diharapkan mampu memahami isi kitab yang dibaca, disamping itu juga mampu mei'rabkan kalimat-kalimat yang dibacanya serta menguraikannya.³

² "Profil PDF Ulya Nuru Jannah," T.T.

³ "Profil Pdf Ulya Nuru Jannah."

4. Tahap Penelitian

Tabel 1.4 Tahapan Penelitian

| No | Hari/Tanggal | Kegiatan | Keterangan |
|-----|--------------------------|--|--|
| 1. | Senin, 27 September 2021 | izin dengan salah satu ustadzah untuk studi pendahuluan | Menghubungi Via Whats App |
| 2. | Rabu, 29 September 2021 | Observasi ke tempat penelitian dan wawancara singkat | Datang secara Langsung ke PDF Nurul Jannah |
| 3. | Kamis, 30 September 2021 | Wawancara untuk studi pendahuluan dengan santri | Menghubungi Via Whats App |
| 4. | Jum'at 1 Oktober, 2021 | Wawancara untuk studi pendahuluan dengan santri | Menghubungi Via Whats App |
| 5. | Kamis, 25 April 2022 | Konsultasi Alat ukur dengan dospem 1 | Bertemu langsung di Kantor Jurusan |
| 6. | Selasa, 24 Mei 2022 | Acc dospem 1 untuk penyebaran kuesioner | Via Email |
| 7. | Kamis, 2 Juni 2022 | Konsultasi Alat ukur dengan dospem 2 dan Acc untuk penyebaran kuesioner | Bertemu langsung di Kantor Jurusan |
| 8. | Kamis, 2 Juni 2022 | Menghubungi Ustadzah Fitriani untuk konfirmasi jadwal penyebaran kuesioner | Menghubungi Via Whats App |
| 9. | Senin, 6 Juni 2022 | Mengantar surat riset & menyebarkan kuesioner melalui para santri, ustadz dan ustadzah | Secara langsung ke PDF Nurul Jannah |
| 10. | Senin, 20 Juni 2022 | Responden terpenuhi | Cek dan sortir manual |

B. Hasil Analisis Data Penelitian

1. Uji Asumsi Dasar

a. Uji Normalitas

Statistik parametris bekerja berdasarkan asumsi bahwasanya data setiap variabel berdistribusi normal. Oleh sebab itu sebelum peneliti memakai teknik statistik parametris, Kenormalan data harus diuji Normalitas sebelumnya, bila data tidak normal, statistik parametris tidak dapat digunakan. Jika data tetap tidak berdistribusi normal meskipun telah valid maka peneliti dapat memutuskan untuk menggunakan teknik nonparametris.⁴

Uji Normalitas pada penelitian ini menggunakan metode uji Kolomogorov-Smirnov Test dengan menggunakan statistik nonparametris melalui pendekatan Monte Carlo dikarenakan tidak berdistribusi normal menggunakan uji statistik parametris meskipun telah valid. Nilai yang digunakan adalah nilai signifikansi (*Monte Carlo Sig. 2 Tailed*). Apabila nilai signifikansi $>0,05$ maka dapat dikatakan bahwa data sampel yang dipakai telah berdistribusi normal, sebaliknya jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka dapat dikatan bahwa data tersebut tidak berdistribusi normal.

⁴ Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2018).

Tabel 2.4 Uji Normalitas

| One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test | | | Psychological Distress |
|------------------------------------|-------------------------|-------------|---------------------------|
| N | | | 244 |
| Normal Parameters ^{a,b} | Mean | | 26.35 |
| | Std. Deviation | | 6.832 |
| Most Extreme Differences | Absolute | | .078 |
| | Positive | | .078 |
| | Negative | | -.056 |
| Test Statistic | | | .078 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | | .001 ^c |
| Monte Carlo Sig. (2-tailed) | Sig. | | .101 ^d |
| | 99% Confidence Interval | Lower Bound | .093 |
| | | Upper Bound | .109 |

a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.
c. Lilliefors Significance Correction.

Dari tabel 2.4 di atas didapatkan skor Monte Carlo Sig.(2-tailed) senilai 0,101 dimana nilai signifikansinya $>0,05$ yang dapat diartikan bahwasanya kumpulan data penelitian berdistribusi normal.

2. Analisis Deskriptif Data Hasil Penelitian

Pada penelitian ini teknik analisis data menggunakan analisis statistik. Analisis Statistik yang digunakan ialah deskriptif. Statistik deskriptif adalah metode yang digunakan untuk menganalisa data dengan cara menggambarkan data yang terkumpul sebagaimana adanya dan tidak bertujuan untuk memberikan kesimpulan yang berlaku untuk umum (generalisasi).⁵ Pada perhitungan kategori digunakan rumus dibawah ini :

Rendah : $X < (\text{Mean} - 1.\text{SD})$

Sedang : $(\text{Mean} - 1.\text{SD}) \leq X < (\text{M} + 1.\text{S.D})$

Tinggi : $X \geq (\text{M} + 1.\text{SD})$

⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2013).

Dimana :

M = Mean (Nilai rata-rata)

SD= Standar Deviasi.

Adapun deskripsi data hasil penelitian secara umum sebagai berikut :

Tabel 3.4 Deskripsi Statistik Data Penelitian

| Descriptive Statistics | | | | | | | |
|------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|----------------|
| | N | Range | Minimum | Maximum | Mean | | Std. Deviation |
| | Statistic | Statistic | Statistic | Statistic | Statistic | Std. Error | Statistic |
| Psychological_Distress | 244 | 29 | 13 | 42 | 26.35 | .437 | 6.832 |
| Valid N (listwise) | 244 | | | | | | |

3. Gambaran Umum Responden

Penelitian ini melibatkan sebanyak 244 sampel yang didapatkan dengan menyebarkan kuesioner ke sekolah terkait secara langsung, sekolah yang dimaksud ialah Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah yang beralamat di Jl. Gerilya Gg. Bambu Banjarmasin. Sampel merupakan santri maupun santriwati yang bersekolah disana dengan rentang usia 13-19 tahun atau remaja. Penyebaran kuesioner dibantu oleh guru yang sedang mengisi jam pelajaran. Sampel berasal dari tingkat Mts atau Madrasah tsanawiyah maupun MA atau Madrasah Aliyah. Profil responden mencakup usia, jenis kelamin, dan tingkat/jenjang pendidikan yang sedang ditempuh juga kelas.

a. Berdasarkan Jenis Kelamin :

Diagram 1.4 Data Jenis Kelamin Responden

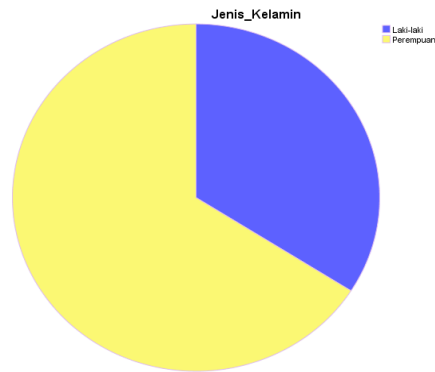


Diagram 1.4 Jumlah responden laki-laki lebih sedikit dibandingkan responden perempuan sehingga penyebarannya tidak rata yaitu responden laki-laki sebanyak 83 santri atau sekitar 34% dan responden perempuan mencapai 161 orang atau sekitar 66% . Hal ini dikarenakan jumlah populasi laki-laki di Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah lebih sedikit dibandingkan populasi perempuan.

b. Berdasarkan umur

Diagram 2.4 Data Usia Responden

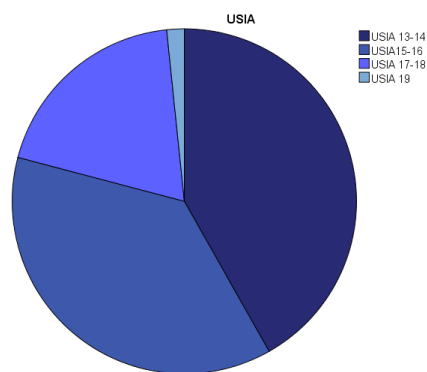


Diagram 2.4 Setelah menyebarkan kuesioner secara acak di kelas-kelas didapatkan data usia responden dengan frekuensi usia 13-14 tahun berjumlah 102 santri/wati (41,8 %) usia 15-16 tahun berjumlah 91 santri/wati (37,3%) usia 17-18 tahun berjumlah 47 santri/wati (19,3%) dan usia 19 tahun berjumlah 8 santri/wati (1,6%) atau total 244 santri/wati. Data ini menggambarkan bahwa santri berada pada usia remaja yakni 13-19 tahun dan responden mayoritas berumur 13-14 Tahun.

c. Berdasarkan tingkat pendidikan

Diagram 3.4 Data Tingkat Pendidikan Responden

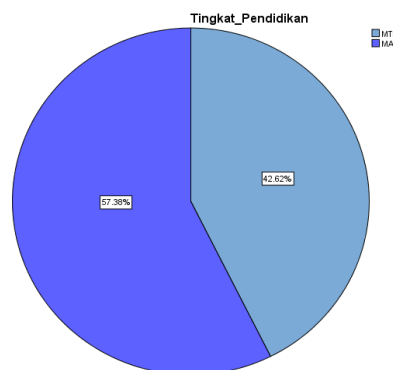


Diagram 3.4 sebagian besar responden pada penelitian ini berada pada jenjang pendidikan Madrasah Aliyah atau MA. Dapat dilihat bahwa santri/wati yang sedang menempuh pendidikan Madrasah Aliyah berjumlah sekitar 140 orang atau 57,4 % sedangkan santri/wati yang sedang menempuh pendidikan MTS atau Madrasah Tsanawiyah berjumlah 104 santri/wati atau sekitar 42,6% dari total 244 santri/wati yang mengisi kuesioner. Khusus santri/wati yang berada di tingkat MTS atau Madrasah Tsanawiyah kelas tertentu memiliki jam pelajaran yang berbeda dengan tingkat dan kelas lainnya sehingga proses pengambilan data oleh

peneliti tidak maksimal karena adanya alasan tersebut. Pondok pesantren diniyah formal Nurul Jannah memiliki ketentuan sendiri terkait jam pelajaran santri/wati yang berada di kelas 7 Madrasah Tsanawiyah bagi perempuan dan kelas 7-8 bagi laki-laki mendapat jam pelajaran siang sedangkan santri puteri yang berada dikelas 8 hingga kelas 12 ditingkat Madrasah Tsanawiyah maupun Madrasah Aliyah mendapat jam pelajaran pagi hari dan santri putera yang berada dikelas 9 hingga kelas 12 juga mendapat pelajaran pagi hari. Hal ini dikarenakan kurangnya ruang kelas sehingga kemudian pesantren mensiasati demikian agar para santri/wati tetap mendapatkan hak mereka untuk menuntut ilmu.

d. Berdasarkan Kelas

Diagram 4.4 Data Kelas Responden

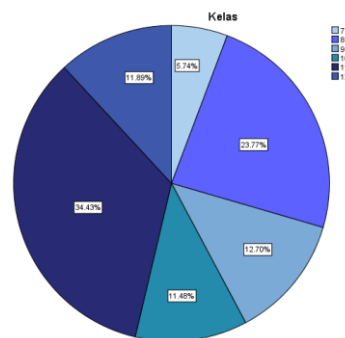


Diagram 4.4 menggambarkan kelas responden dimana kelas 7 sekitar 14 santri/wati atau sekitar 5,7% kelas 8 58 santri/wati atau 23,8% kelas 9 31 santri/wati atau 12,7% kelas 10 28 santri/wati atau 11,5% kelas 11 84 santri/wati atau 34,4% dan kelas 12 29 santri/wati atau 11,9%. Dapat dilihat presentase tertinggi berada pada kelas 11 dan 8.

4. Tingkat *Psychological Distress* Santri Pondok Pesantren Diniyah Formal

Nurul Jannah Banjarmasin

Untuk dapat melihat tingkat *psychological distress* pada santri diperlukan pengukuran tertentu untuk menentukan skor (1,2,3,4,5) agar dapat menemukan hasil kategorisasinya. Item Kessler *Psychological Distress Scale* berjumlah 10 item, sehingga skor maksimal ialah 50 (5x10) Min 10 (1x10), Mean 30 (50+10/2) ,Range ialah 40 (xmaks-xmin)dengan standar deviasi (xmaks/6) ialah 6,5. Berdasarkan hitungan tersebut maka diperoleh kategorisasi data variabel *psychological distress* sebagai berikut :

Tabel 4.4 Kategorisasi Tingkat *Psychological Distress*

| Skor | Kategori | Frekuensi | Presentase |
|-----------|---------------|-----------|------------|
| < 23,5 | Rendah | 88 | 36.1 % |
| 23,5-36,5 | Sedang | 133 | 54,5 % |
| >36,5 | Tinggi | 23 | 9,4% |
| Jumlah | | 244 | 100% |

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat presentase terbanyak berada pada kategori sedang yakni sebesar 54,4% dengan responden berjumlah 133 santri/wati, dengan skor 23,5-36,5 sedangkan pada kategori rendah presentase sebesar 36,1% dengan responden 88 santri/watid dan skor <23,5, kategori tinggi berjumlah 23 santri/wati dengan presentase 9,4% dengan skor >36,5 .

a. Tingkat *psychological distress* santri Pondok Pesantren Diniyah Formal

Nurul Jannah Banjarmasin Berdasarkan usia

Setelah dilakukan uji statistik deskriptif dengan menggunakan menu crosstabs didapatkan hasil data penelitian mengenai kategori *psychological distress* responden berdasarkan usia, yang dapat dilihat sebagai berikut :

Tabel 5.4 Tingkat *Psychological Distress* Berdasarkan Usia

| Variabel | Kategori | Usia | | | | Total |
|-------------------------------|---------------|----------------|---------------|---------------|--------------|----------------|
| | | 13-14 | 15-16 | 17-18 | 19 | |
| | Rendah | 35 (14,3%) | 35 (14,3%) | 16 (6,6%) | 2 (0,8%) | 88 (36,1%) |
| | Sedang | 56 (23,0%) | 49 (20,1%) | 26 (10,7%) | 2 (0,8%) | 133 (54,5%) |
| | Tinggi | 11 (4,5%) | 7 (2,9%) | 5 (2,0%) | 0 (0,0%) | 23 (9,4%) |
| <i>Psychological Distress</i> | | 102 (41,8%) | 91 (37,3%) | 47 (19,3%) | 44 (1,6%) | 244 (100%) |

Tabel 5.4 berdasarkan data penelitian diatas dapat dilihat bahwa responden pada kategori sedang usia 13-14 tahun dengan frekuensi 56(23,0%) responden dan usia 15-16 tahun dengan frekuensi 49(20,1%) responden, responden usia 17-18 tahun dengan frekuensi 26(10,7%) dan responden usia 19 tahun dengan frekuensi 2(0,8%) responden. Pada kategori rendah, responden usia 13-14 tahun dan 15-16 tahun dengan frekuensi yang sama yakni 35(14,3%) responden, sedangkan pada usia 17-18 tahun dengan frekuensi 16(6,6%) responden, dan responden usia 19 tahun 2 (0,8%). Dan pada kategori tinggi responden berusia 13-14 tahun dengan frekuensi 11(4,5%) responden, responden usia 15-16 tahun dengan frekuensi

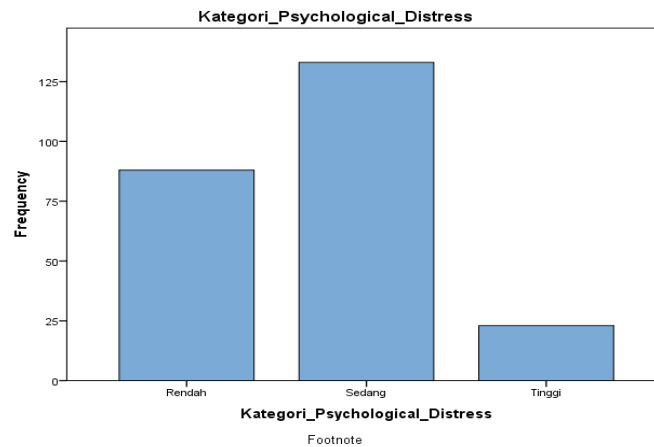
7(2,9%) responden, dan usia 17-18 tahun dengan frekuensi 5(2,0%). Sedangkan pada responden usia 19 tahun tidak ada yang terdapat pada kategori tinggi .

b. Tingkat *Psychological Distress* santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah Banjarmasin Berdasarkan Jenis Kelamin

Setelah dilakukan uji statistik deskriptif dengan menggunakan menu crosstabs didapatkan hasil data penelitian mengenai kategori *psychological distress* responden berdasarkan Jenis kelamin,yang dapat dilihat sebagai berikut :

Diagram 5.4 Distribusi Tingkat *Psychological Distress* berdasarkan Jenis

Kelamin



Tabel 6.4 Tingkat *Psychological Distress* berdasarkan Jenis Kelamin

| Variabel | Kategori | Jenis Kelamin | | Total |
|-------------------------------|---------------|---------------|-------------|-------|
| | | Laki-laki | Perempuan | |
| | Rendah | 44 (18.0%) | 44 (18.0%) | 36,1% |
| | Sedang | 37(15,2%) | 96 (39,3%) | 54,5% |
| | Tinggi | 2(0,8%) | 21 (8,6%) | 10,2% |
| <i>Psychological Distress</i> | | 83 (34,0%) | 161 (66,0%) | 100% |

Tabel 6.4 berdasarkan hasil data penelitian responden berjenis kelamin laki-laki dengan kategori rendah yakni 44 responden atau 18,0% sedangkan responden berjenis kelamin perempuan memiliki frekuensi sama yakni 44 responden atau 18,0%. Pada kategori sedang responden perempuan berjumlah 96 responden atau 39,3% sedangkan responden laki-laki pada kategori sedang berjumlah 37 responden atau sekitar 15,2%. Responden laki-laki pada kategori tinggi berjumlah 2 responden atau 0,8% dan responden perempuan pada kategori tinggi berjumlah 21 responden atau 8,6%.

a. Tingkat Kecemasan

Untuk dapat melihat kategori aspek kecemasan pada santri diperlukan pengukuran tertentu untuk menentukan skor (1,2,3,4,5) agar dapat menemukan hasil kategorisasinya. Item kecemasan berjumlah 3 item, sehingga skor maksimal ialah 15 (5x3) Min 3 (1x3) ,Mean (xmin+xmaks)/2 ialah 8,3 Range ialah (xmaks-xmin) 12 dengan standar deviasi (xmaks/6) ialah 2. Berdasarkan hitungan tersebut maka diperoleh kategorisasi aspek kecemasan ialah sebagai berikut :

Tabel 7.4 Kategorisasi Tingkat Kecemasan

| Skor | Kategori | Frekuensi | Persentase |
|----------|---------------|-----------|------------|
| <6,5 | Rendah | 54 | 22,1% |
| 6,5-10,5 | Sedang | 152 | 62,3% |
| >10,5 | Tinggi | 38 | 15,6% |

Tabel 7.4 menggambarkan frekuensi santri/wati yang memiliki gejala kecemasan dalam kategori tinggi berjumlah 38 responden atau sebesar 15,6% dengan skor >10,5 sedangkan santri yang berada pada kategori sedang berjumlah lebih banyak yakni 152 responden dengan presentase hingga 62,3% dengan skor 6,5-10,5 dan santri yang berada pada kategori rendah berjumlah 54 responden atau 22,1% dengan skor <6,5 dari total 244 santri yang menjadi responden penelitian.

1. Tingkat Kecemasan Berdasarkan Usia responden

Setelah dilakukan uji statistik deskriptif dengan menggunakan menu crosstabs didapatkan hasil data penelitian mengenai kategori kecemasan berdasarkan usia responden yang dapat dilihat sebagai berikut :

Tabel 8.4 Tingkat Kecemasan Berdasarkan Usia

| Variabel | Kategori | Usia | | | | Total |
|------------------|---------------|----------------|---------------|---------------|--------------|----------------|
| | | 13-14 | 15-16 | 17-18 | 19 | |
| | Rendah | 25 (10,2 %) | 19 (7,8%) | 8 (3,3%) | 2 (0,8%) | 54 (22,1%) |
| | Sedang | 56 (23,0%) | 63 (25,8%) | 32 (13,1%) | 1 (0,4%) | 152 (62,3%) |
| | Tinggi | 21 (8,6%) | 9 (3,7%) | 7 (2,9%) | 1 (0,4%) | 38 (15,6%) |
| Kecemasan | | 102 (41,8%) | 91 (37,3%) | 47 (19,3%) | 44 (1,6%) | 244 (100%) |

Dari tabel 8.4 dapat dilihat hasil data penelitian menunjukkan bahwa rata-rata responden yang berada pada kategori sedang, pada rentang usia 13-14 tahun berjumlah 56 (23,0%) responden, pada usia 15-16 tahun responden berjumlah 63 (25,8%), responden usia 17-18 tahun berjumlah 32(13,1%) dan responden berusia 19 tahun berjumlah 1 (0,4%) responden. Sedangkan pada kategori rendah responden yang berusia 13-14 tahun berjumlah 25(10,2%) usia 15-16 19(7,8%) responden, usia 17-18 tahun berjumlah 8(3,3%) dan responden berusia 19 tahun berjumlah 2(0,8%) responden. Pada kategori tinggi responden yang berada pada rentang usia 13-14 tahun berjumlah 21(8,6%) responden, usia 15-16 tahun berjumlah 9(3,7%) responden, responden berusia 17-18 tahun berjumlah 7(2,9%) responden. Dan responde berusia 19 tahun berjumlah 1 (0,4%).

2. Tingkat Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin

Setelah dilakukan uji statistik deskriptif dengan menggunakan menu crosstabs didapatkan hasil data penelitian mengenai kategori kecemasan berdasarkan jenis kelamin yang dapat dilihat sebagai berikut :

Tabel 9.4 Tingkat Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin

| Variabel | Kategori | Jenis Kelamin | | Total |
|-----------|---------------|---------------|-------------|-------|
| | | Laki-laki | Perempuan | |
| | Rendah | 30 (12,3%) | 24 (9,8%) | 22,1% |
| | Sedang | 47 (19,3%) | 105 (43,0%) | 62,3% |
| | Tinggi | 6(2,5%) | 32 (13,1%) | 15,6% |
| Kecemasan | | 83 (34,0%) | 161 (66,0%) | 100% |

Tabel 9.4 berdasarkan hasil data penelitian rata-rata responden berjenis kelamin laki-laki dan perempuan berada pada kategori sedang. Pada kategori sedang responden perempuan mencapai 105(43,0%) responden, sedangkan pada responden laki-laki lebih sedikit yakni 47 responden(19,3%). Responden perempuan pada kategori rendah berjumlah 24 (9,8%) dan responden laki-laki dengan frekuensi 30(12,3%) responden. Kategori tinggi didominasi oleh perempuan dengan frekuensi 32 (13,1%) responden.

b. Tingkat Depresi

Untuk dapat melihat kategori aspek depresi pada santri diperlukan pengukuran tertentu untuk menentukan skor (1,2,3,4,5) agar dapat menemukan hasil kategorisasinya. Item depresi berjumlah 7 item, sehingga skor maksimal ialah 35 (5x7) Min 7 (1x7) ,Mean $(x_{min}+x_{maks})/2$ ialah 21, Range ialah $(x_{maks}-x_{min})$ 28 dengan standar deviasi $(x_{maks}/6)$ 4,6 .Berdasarkan hitungan tersebut maka diperoleh kategorisasi aspek depresi ialah sebagai berikut :

Tabel 10.4 Kategorisasi Tingkat Depresi

| Skor | Kategori | Frekuensi | Persentase |
|-----------|---------------|-----------|------------|
| <16,4 | Rendah | 102 | 41,8% |
| 16,4-25,6 | Sedang | 117 | 48,0% |
| >25,6 | Tinggi | 25 | 10,2% |

Tabel 10.4 menunjukkan responden pada kategori rendah dengan skor <16,4 berada pada presentase 41,8% dengan frekuensi 102 responden, sedangkan pada kategori sedang dengan skor <16,4-25,6 berjumlah 117 responden atau 48,0%.

Pada kategori tertinggi yakni dengan skor $>25,6$ frekuensi 25 responden atau 10,2%.

1. Tingkat Depresi Berdasarkan Usia

Setelah dilakukan uji statistik deskriptif dengan menggunakan menu crosstabs didapatkan hasil data penelitian mengenai kategori depresi berdasarkan usia responden yang dapat dilihat sebagai berikut :

Tabel 11.4 Tingkat Depresi Berdasarkan Usia

| Variabel | Kategori | Usia | | | | Total |
|----------|---------------|----------------|---------------|---------------|--------------|----------------|
| | | 13-14 | 15-16 | 17-18 | 19 | |
| | Rendah | 44 (18,0%) | 37 (15,2%) | 18 (7,4%) | 3 (2,9%) | 102 (41,8%) |
| | Sedang | 46 (18,9%) | 47 (19,3%) | 23 (9,4%) | 1 (0,4%) | 117 (48,0%) |
| | Tinggi | 12 (4,9%) | 7 (29,0%) | 6 (2,5%) | 0 (0,0%) | 25 (10,2%) |
| Depresi | | 102 (41,8%) | 91 (37,3%) | 47 (19,3%) | 44 (1,6%) | 244 (100%) |

Tabel 11.4 menunjukkan hasil data penelitian responden pada kategori rendah rentang usia 13-14 tahun dengan frekuensi 44 (18,0%) responden, usia 15-16 tahun dengan frekuensi 37(15,2%) responden, usia 17-18 tahun dengan frekuensi 18(7,4%) responden, dan usia 19 tahun 3(2,9%) responden. Pada kategori sedang responden berusia 13-14 tahun dengan frekuensi 46(18,9%) responden, usia 15-16 tahun dengan frekuensi 47 (19,3%) responden, usia 17-18 tahun dengan frekuensi 6(2,5%) responden dan usia 19 tahun 1(0,4%) responden. Kategori tertinggi dengan rentang usia 13-14 tahun frekuensi 12 (4,9%) responden, usia 15-16 tahun dengan frekuensi 7(29,0%) responden, usia 17-18

tahun dengan frekuensi 6(2,5%) responden, sedangkan pada usia 19 tahun tidak ada responden yang berada pada kategori tinggi.

2. Gambaran Depresi Berdasarkan Jenis Kelamin

Setelah dilakukan uji statistik deskriptif dengan menggunakan menu crosstabs didapatkan hasil data penelitian mengenai kategori depresi berdasarkan jenis kelamin yang dapat dilihat sebagai berikut :

Tabel 12.4 Tingkat Depresi Berdasarkan Jenis Kelamin

| Variabel | Kategori | Jenis Kelamin | | Total |
|----------|---------------|---------------|-------------|-------|
| | | Laki-laki | Perempuan | |
| | Rendah | 53 (21,7%) | 49 (20,1%) | 41,8% |
| | Sedang | 29 (11,9%) | 88 (36,1%) | 48,0% |
| | Tinggi | 1 (0,4%) | 24 (9,8%) | 10,2% |
| Depresi | | 83 (34,0%) | 161 (66,0%) | 100% |

Tabel 12.4 dari data penelitian diatas dapat dilihat aspek depresi pada kategori rendah dengan frekuensi 53 responden laki-laki atau 21,7% sedangkan responden perempuan pada kategori rendah dengan frekuensi 49 responden atau presentase 20,1%. Pada kategori sedang responden perempuan berjumlah 88 responden atau 36,1% sedangkan responden laki-laki berjumlah 29 responden atau 11,9%. Pada kategori tertinggi jumlah responden laki-laki hanya 1 responden yakni 0,4% sedangkan perempuan jauh di atas angka tersebut yakni dengan frekuensi 24 responden atau 9,8%

Tabel 13.4 Hasil Mean Aspek *Psychological Distress*

| Variabel | Aspek | Mean |
|-------------------------------|-----------|------|
| <i>Psychological Distress</i> | Kecemasan | 2,75 |
| | Depresi | 5,15 |

Berdasarkan pada tabel 13.4, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pada aspek kecemasan memiliki hasil mean sebesar 2,75 sedangkan pada aspek depresi memiliki hasil mean sebesar 5,15 sehingga dapat disimpulkan bahwa aspek depresi memberikan kontribusi yang lebih besar terhadap variabel *psychological distress* dibandingkan aspek kecemasan. Ini memiliki arti bahwa santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah Banjarmasin memiliki kecenderungan pada aspek depresi . Hal ini juga ditunjukkan dari jawaban responden dimana mereka menjawab hal-hal yang menurut mereka membuat tidak nyaman selama sebulan terakhir mayoritas adalah beban pelajaran seperti hafalan dimana tuntutan setoran hafalan ini menurut mereka cukup membebani hal ini dikarenakan tidak semua santri terbiasa dan cepat dalam menghafal terutama untuk santri baru mereka pada dasarnya masih perlu beradaptasi. Adapun aspek kecemasan memberikan kontribusi yang kecil terhadap variabel *psychological distress* sehingga ini dapat diartikan bahwa santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah Banjarmasin tidak memiliki kecenderungan pada aspek kecemasan. Responden dengan skor terkecil pada aspek kecemasan menunjukkan bahwa mereka tidak memiliki kecenderungan terhadap gejala kecemasan.

c. Faktor-faktor yang berpengaruh terjadinya *psychological distress* pada Santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah Banjarmasin

Untuk dapat mengetahui lebih dalam terkait faktor-faktor yang berpengaruh terjadinya *psychological distress* pada santri maka ditambahkan lah 5 buah soal esai yang ada didalam kuesioner bersama 10 item Kessler *Psychological Distress Scale* (K-10) . Menurut Mathew ada dua faktor yang mempengaruhi *psychological distress* yakni faktor interpersonal dan faktor situasional, faktor situasional terdiri dari 3 faktor yakni kognitif, sosial dan fisiologis.⁶ Selain 2 faktor tersebut terdapat juga faktor yang dikemukakan oleh Drapeau yakni Sosio-Demografi, sumber daya pribadi dan faktor-faktor yang berhubungan dengan stress.⁷

Sesuai temuan peneliti didapatkan lah faktor-faktor yang ditemukan pada santri berdasarkan jawaban paling sering muncul pada lembar kuesioner responden sebagai berikut :

⁶ Fatimah Azzahra, "Pengaruh Resiliensi Terhadap Distres Psikologis Pada Mahasiswa," *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang* 05 (2017).

⁷ Firda Jessica, "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Distres Psikologis Pada Korban Bullying Di Universitas 'X.'"

Tabel 14.4 Faktor yang berpengaruh terjadinya *Psychological Distress*

| Faktor-faktor yang berpengaruh terjadinya <i>Psychological Distress</i> | Faktor-faktor yang ditemukan pada santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah |
|---|--|
| Interpersonal | Penarikan diri, Kepribadian tertutup |
| Situasional (Fisiologis, Sosial, Kognitif) | Fasilitas didalam ruang kelas, lapangan parkir, cuaca dan keadaan, ventilasi udara, serta alat elektronik seperti kipas angin, kesehatan fisik santri Teman sebaya, Keluarga Masalah akademik seperti tuntutan nilai, hafalan dan ketertinggalan pelajaran. |
| Sumber daya pribadi | <i>Bullying</i> , ekonomi, perasaan tidak dihargai. |
| Faktor yang berhubungan dengan stress | Ketakutan akan masa depan |
| Sosio-demografi | Kesesakan, jumlah murid lebih dari kapasitas ruang, ruangan yang pengap. |

Tabel 14.4 Dari jawaban responden pada kolom esai kuesioner dengan 5 pertanyaan didapatkan hasil berdasarkan kategori faktor-faktor yang berpengaruh terhadap terjadinya *psychological distress* pada faktor interpersonal didapatkan jawaban responden terkait penarikan diri. Pada faktor situasional yang mencakup kognitif, sosial dan fisiologis didapatkan beberapa faktor yang dialami santri yakni fasilitas ruang kelas, lapangan parkir, cuaca dan keadaan, ventilasi udara, kesehatan fisik santri, masalah dengan teman sebaya dan keluarga, masalah-masalah akademik seperti tuntutan nilai, hafalan maupun ketertinggalan pelajaran. Sedangkan pada faktor sumber daya pribadi didapatkan faktor yang dialami santri yakni masalah *bullying*, faktor ekonomi dan perasaan tidak dihargai. Pada faktor

yang berhubungan dengan stres didapatkan faktor yang dialami santri yakni ketakutan akan masa depan, dan pada faktor sosio-demografi didapatkan faktor yang dialami santri yakni terkait kesesakan, dan jumlah murid lebih dari kapasitas ruangan serta kondisi ruangan yang pengap.

Tabel 15.4 Frekuensi rentang jawaban responden

| Skor | Frekuensi |
|------|-----------|
| 1 | 10 |
| 2 | 11 |
| 3 | 19 |
| 4 | 12 |
| 5 | 20 |
| 6 | 9 |
| 7 | 11 |
| 8 | 8 |
| 9 | 8 |
| 10 | 25 |

Tabel 15.4 menggambarkan frekuensi rentang jawaban responden terkait pertanyaan nomer 5 yang berbunyi” *Dari rentang 0-10, menurut kamu seberapa mengganggu banyaknya jumlah siswa di ruang kelas?*” ada 10 responden yang menulis angka 1, 11 responden yang menulis angka 2, 19 responden yang menulis angka 3, 12 responden yang menulis angka 4, 20 responden menulis angka 5, 9 responden menulis angka 6, 11 responden menulis angka 7, dan pada angka 7-8 responden memiliki frekuensi yang sama yakni 8. Sedangkan pada angka 10 responden mencapai 25 responden. Dari rentang 0-10 dan dari rentang 1-5 & 6-10 rata-rata responden lebih banyak menjawab 1-5 (72 responden) sedangkan rentang 6-10 (61 responden). Berdasarkan skor yang telah dikumpulkan dapat disimpulkan mayoritas responden dalam penelitian ini menjawab 10.

C. Pembahasan

1. Tingkat *Psychological Distress* Santri Pondok Pesantren Diniyah Formal

Nurul Jannah Banjarmasin

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat *psychological distress* santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah Banjarmasin. Menurut J. Mirowsky & E.Ross *psychological distress* merupakan keadaan subjektif yang tidak menyenangkan berupa *depression* (depresi) yakni respon psikologis yang terjadi karena gangguan mood sehingga timbul rasa sedih, hilangnya semangat, merasa kesepian, keputusasaan, perasaan tidak berharga, sulit tidur dan menangis. Dan *anxiety* (Kecemasan) yakni respon emosional terjadi adanya faktor dari luar tubuh hingga menimbulkan ketegangan, kegelisahan, perasaan khawatir serta mudah marah dan takut.⁸

Untuk menjawab rumusan masalah berdasarkan data yang telah dikumpulkan melalui *screening* awal *psychological distress* menggunakan skala Kessler *Psychological Distress Scale* (K-10) rata-rata jawaban responden berada pada kategori sedang dari presentase 54,5% (133 santri/wati) dari total n=244 (100%) . Dapat diartikan bahwa santri diniyah formal Nurul jannah Banjarmasin cukup mengalami tekanan psikologis.

Temuan ini juga relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maicke berjudul “Hubungan Kesusakan dengan *Psychological Distress* pada Santri Pondok Pesantren tradisional”, dimana hasil penelitian

⁸ John Mirowsky, *Social Causes of Pscyhological Distress*.

tersebut menunjukkan bahwa tingkat *psychological distress* pada santri pesantren tradisional berada pada kategori yang sama yakni kategori sedang.

Berdasarkan data penelitian responden terbanyak pada kategori sedang ialah responden berusia usia 13-14 dengan frekuensi 56(23,0%) . Sedangkan pada kategori rendah dan usia 13-14 tahun dan 15-16 tahun dengan frekuensi yang sama yakni 35(14,3%) responden. Rentang usia tersebut dapat dikatakan sebagai kategori remaja. Masa remaja adalah masa kehidupan yang penting dalam perkembangan individu, masa remaja merupakan transisi atau masa peralihan yang diarahkan pada perkembangan masa dewasa yang sehat. Agar dapat bersosial dengan baik, remaja harus melalui tugas-tugas perkembangan pada usianya dengan baik juga.⁹

Berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rizka Widiyanti berjudul “Pengaruh *Interolance of Uncertainty* terhadap *Psychological Distress* pada Remaja” menunjukkan tingkat *psychological distress* pada remaja tergolong tinggi yakni sebesar 54,2%, dimana pada kategori rendah juga didapatkan hasil yang tidak jauh beda yakni 45,8% . Perbedaan yang tidak terlalu signifikan ini menunjukkan kerentanan *psychological distress* pada remaja memiliki kerentanan yang cukup signifikan. Kerentanan tersebut juga dapat dijelaskan keterkaitannya

⁹ Khamim Zarkasih Putro, “Memahami Ciri Dan Tugas Perkembangan Masa Remaja,” *Jurnal Aplikasia: Jurnal Aplikai Ilmu-Ilmu Agama* 17 No.1 (T.T.): 29–30.

dengan seiring bertambahnya tanggung jawab tugas perkembangan mereka sebagai remaja serta perubahan yang mereka alami.¹⁰

Pada kategori jenis kelamin hasil kategori tinggi responden perempuan memiliki frekuensi yang lebih tinggi dari laki-laki yakni 21 responden (8,6%). Hal ini relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tanisa Celianti Agustine dan kawan-kawan bahwa tingkat *psychological distress* yang dialami remaja perempuan lebih tinggi dari remaja laki-laki.¹¹

Sedangkan untuk kontribusi dari aspek variabel *psychological distress* yang lebih tinggi nilai mean nya adalah pada aspek depresi yakni senilai 5,15 Ini memiliki arti bahwa santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah Banjarmasin memiliki kecenderungan pada aspek depresi dibandingkan nilai mean dari aspek kecemasan senilai 2,75.

a. Aspek Kecemasan

Gangguan kecemasan terdiri dari berbagai ketakutan berlebihan dan gangguan perilaku. Ketakutan sendiri merupakan reaksi emosional terhadap ancaman nyata atau yang seseorang rasakan, sedangkan kecemasan ialah antisipasi ancaman itu sendiri.¹² Berdasarkan data yang telah dikumpulkan melalui *screening* awal gejala *psychological distress* menggunakan Kessler *Psychological Distress Scale*(K-10)

¹⁰ Rizka Widiati, "Pengaruh Intolerance Of Uncertainty Dengan Psychological Distress Pada Remaja."

¹¹ Tanissa Cellianto A Ihsana Sabriani B, "Pengaruh Distres Psikologis Terhadap Resiliensi Pada Anak Dan Remaja Saat Pandemi Covid-19," *Jurnal Prosiding Psikologi Prodi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung* 7 No.2 (2021)

¹² Mulia Sari Dewi Jamaluddin, "Pengaruh Kecerdasan Emosi Dan Coping Stress Terhadap Psychological Distress Pada Remaja," *Journal Of Psychology Tazkiya* 04 (2016).

rata-rata jawaban berada pada kategori sedang dengan frekuensi 152 responden dengan presentase hingga 62,3% dari total 244 santri yang menjadi responden penelitian. Dapat diartikan bahwa santri Diniyah Formal Nurul jannah Banjarmasin cukup mengalami tekanan psikologis yang berkaitan dengan gangguan kecemasan.

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Maicke berjudul “Hubungan Kesusakan dengan *Psychological Distress* pada Santri Pondok Pesantren Tradisional” dimana pada aspek kecemasan pada santri termasuk dalam kategori tinggi yakni 45% atau sebanyak 45 santri.¹³ Adanya perbedaan ini kemungkinan disebabkan perbedaan jenis santri dan karakteristik pesantren, dimana pesantren yang peneliti teliti merupakan pesantren yang tidak memiliki fasilitas asrama dan santrinya merupakan santri kalong atau santri yang pulang pergi dari rumah ke pesantren sehingga secara tidak langsung kecemasan yang dialami santri yang bermukim di asrama dengan santri yang pulang pergi dari rumah ada perbedaan. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan Narso berjudul “Gambaran Tingkat Kecemasan santri di Pondok Pesantren Darussalam Dukuh Waluh Purwokerto” menunjukkan hasil tingkat kecemasan santri di Pondok pesantren Darussalam Dukuh Waluh Purwokerto menunjukkan sebagian besar santri memiliki tingkat kecemasan normal 70(59,8%).

¹³ Maicke Ratna Diliana Safitri, “Hubungan Kesusakan Dengan *Psychological Distress* Pada Santri Pondok Pesantren Tradisional,” *Skripsi Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang*, 2019.

Berdasarkan data hasil penelitian responden usia 13-14 tahun yang berada pada kategori tinggi dengan presentase tertinggi yakni 8,6% atau 21 responden, sedangkan usia 15-16 tahun memperoleh presentase tertinggi pada kategori sedang yakni 25,8% atau 63 responden . Sedangkan untuk kategori jenis kelamin responden berjenis kelamin perempuan memiliki kecemasan lebih tinggi dibanding responden laki-laki yakni berjumlah 32 responden atau 13,1% dibanding presentase laki-laki yakni hanya 2,5% atau 6 responden.

b. Aspek Depresi

J.Mirowsky dan E.Ross mendefinisikan depresi merupakan respon psikologis yang terjadi karena gangguan mood sehingga timbul rasa sedih, hilangnya semangat, merasa kesepian, keputusasaan, perasaan tidak berharga, sulit tidur dan menangis.¹⁴ Melalui *screening* awal *psychological distress* menggunakan skala Kessler *Psychological Distress* (K-10) rata-rata jawaban responden berada pada kategori sedang berjumlah 117 responden atau 48,0%. Dapat diartikan bahwa santri Diniyah Formal Nurul jannah Banjarmasin cukup mengalami tekanan psikologis yang berkaitan dengan gangguan depresi.

Hal ini berbeda dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Maicke berjudul “Hubungan Kesesakan dengan *Psychological Distress* pada Santri Pondok Pesantren Tradisional” dimana hasilnya

¹⁴ John Mirowsky, *Social Causes Of Psychological Distress*.

menunjukkan santri berada pada kategori rendah dengan presentase 38% atau sebanyak 38 santri.

Berdasarkan data hasil penelitian responden pada kategori usia responden terbanyak berada pada kategori sedang yakni rentang usia 15-16 tahun dan usia 13-14 tahun dengan presentase 19,3% dan 18,9%. Hasil ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Andi Nizar berjudul “Tingkat Depresi pada Santri di Pondok Pesantren X Bogor: Peran Faktor Jenis Kelamin, Usia dan Kelas” dimana didapatkan hasil tingkat depresi santri berada pada kategori normal dengan presentase mencapai 98,20% atau 413 responden.¹⁵

Sedangkan untuk kategori jenis kelamin responden berjenis kelamin perempuan memiliki indikasi lebih tinggi dibanding responden laki-laki dengan frekuensi 24 responden dengan presentase 9,8%.

Sejalan dengan temuan yang dilakukan oleh J.Mirowsky dan Catherine E Ross pada bukunya “*Social Causes of Psychological Distress*” bahwa tingkat depresi perempuan memang lebih tinggi dari laki-laki dan laki-laki memang cenderung rendah hal itu disebabkan meskipun perempuan lebih ekspresif dari laki-laki tetapi laki-laki lebih mampu menyampaikan kemarahan dan kekesalannya pada orang lain

¹⁵ Andi Nizar Nazaruddin, “Tingkat Depresi Pada Santri Di Pondok Pesantren X Bogor :Peran Faktor Jenis Kelamin, Usia Dan Kelas,” *Skripsi Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Program Studi Kedokteran Dan Profesi Dokter Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah*, 2017.

dibanding perempuan yang memilih untuk menyimpan perasaan tersebut sendiri.¹⁶

2. Faktor-faktor yang berpengaruh terjadinya *Psychological Distress* pada Santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah Banjarmasin

Untuk menjawab rumusan masalah penelitian yang tujuannya untuk mencari faktor yang berpengaruh terhadap terjadinya *psychological distress* didapatkan hasil berdasarkan temuan yang dianalisa dari jawaban responden pada kolom esai dimana jawaban tersebut dikategorikan sebagai berikut :

1. Faktor Interpersonal

Faktor interpersonal berhubungan dengan kepribadian seseorang dan mempengaruhi tingkatan distres individu tersebut. Dimana berdasarkan jawaban responden yang paling banyak peneliti temui yaitu penarikan diri, kepribadian yang lebih tertutup sehingga merasa kurang dapat bersosialisasi dan senang menyendiri.

Hal ini peneliti temukan pada beberapa responden dimana mereka terlihat sulit untuk berinteraksi dengan teman sebaya dan cenderung menarik diri. Ketika ditanya alasan mereka untuk memilih duduk sendirian tanpa bergabung dengan teman lainnya pada saat istirahat, responden menjawab bahwa dia lebih suka sendiri dan merasa tidak mampu menyesuaikan diri dengan teman lain yang lebih aktif berkomunikasi dengan teman lainnya

¹⁶ Catherine E.Ross John Mirowsky, *Social Causes Of Psychological Distress* (New York: Aldine Gruyter, 2017).

2. Faktor Situasional

Terjadinya *distress* bisa saja disebabkan karena adanya pengaruh dari pengalaman akan suatu kejadian atau peristiwa yang dianggap berbahaya atau dapat menjadi ancaman kesejahteraan seseorang. Dampaknya sendiri berbeda-beda tergantung bagaimana individu dan kesempatan. Faktor secara situasional terbagi menjadi tiga bagian yakni Fisiologis, Sosial dan Kognitif.¹⁷ Berdasarkan temuan yang peneliti dapatkan dari jawaban terbanyak responden pada kolom esai kuesioner penelitian didapatkan berbagai macam faktor yang berkaitan dengan 3 aspek tersebut yakni fisiologis, Sosial dan Kognitif yaitu terkait fasilitas didalam ruang kelas, ventilasi udara, cuaca dan keadaan, kesehatan fisik santri , hubungan keluarga dan teman sebaya serta masalah akademik seperti tuntutan nilai, hafalan maupun ketertinggalan pelajaran.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Aziz Fadliansyah berjudul “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Timbulnya Stress Pada Santriwati Baru Di Pondok Pesantren Darul Aitami Kecamatan Meureubo Kabupaten Aceh Barat”, didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara beban pelajaran dengan tingkat stres yang dialami santri baru.¹⁸

¹⁷ Fatimah Azzahra, “Pengaruh Resiliensi Terhadap Distres Psikologis Pada Mahasiswa.”

¹⁸ Aziz Fadliansyah, “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Timbulnya Stress Pada Santriwati Baru Di Pondok Pesantren Darul Aitami Kecamatan Meureubo Kabupaten Aceh Barat,” *Skripsi Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Teuku Umar*, 2013, 26.

Hal ini juga sesuai dengan hasil penelitian ini dimana responden berumur 13-15 tahun yakni mereka yang menempuh pendidikan madrasah tsanawiyah antara kelas 7 hingga 9 mengaku mengalami kesulitan dalam proses menghafal karena banyaknya beban pelajaran dan tuntutan akademik yang harus mereka kuasai. Hal ini karena menurut ustadz/ah disana santri yang masih kelas 7-8 selain mempelajari kitab-kitab dasar mereka juga diwajibkan untuk menghafal kitab tertentu dimana kitab tersebut merupakan fondasi awal dalam memahami kitab kuning yang tingkatannya lebih tinggi dan biasanya mulai diajarkan pada kelas 9 hingga 12. Pada saat pembagian kuesioner salah satu santri dihukum berdiri di depan papan tulis karena tidak dapat menyetorkan hafalan hariannya seperti teman-temannya yang lain ketika ditanya mengapa tidak dapat menyelesaikan hafalannya, santri tersebut mengaku bahwa dia tidak dapat berkonsentrasi karena di jam pelajaran sebelumnya ia juga harus menyetorkan hafalan lain, menurutnya otaknya tidak mampu untuk memproses sekaligus materi hafalan karena banyaknya dan seperti tercampur baur materi tersebut di otaknya.

Selain 2 faktor diatas terdapat juga faktor lain menurut Drapeau, yakni ¹⁹:

¹⁹Firda Jessica, "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Distres Psikologis Pada Korban Bullying Di Universitas 'X.'"

¹⁹ Rizka Widianti, "Pengaruh Intolerance Of Uncertainty Dengan Psychological Distress Pada Remaja."

1. Faktor yang berhubungan dengan stres

Faktor ini berhubungan dengan karakteristik bawaan yang dibawah individu sejak lahir, yakni jenis kelamin, umur dan etnis. Faktor ini menggambarkan peran seseorang dalam struktur sosial. Berdasarkan temuan yang peneliti dapatkan dari jawaban terbanyak responden pada kolom esai kuesioner penelitian ialah ketakutan akan masa depan. Ketidakpastian ialah suatu hal lumrah yang terjadi dalam kehidupan seseorang, termasuk pada remaja yang mengalami berbagai perubahan dan dihadapkan pada tugas perkembangan. Ketakutan masa depan merupakan bentuk kekhawatiran remaja terhadap ketidakpastian yang akan dihadapinya, hal ini merupakan bentuk *interolance of uncertainty* yang diartikan sebagai kecenderungan ketakutan terhadap situasi yang tidak pasti dan terjadi setiap hari, serta mengartikan setiap ambiguitas sebagai hal yang dapat membuat stres dan frustasi. Dalam penelitian yang dilakukan Rizka Widianti berjudul “Pengaruh *Interolance of Uncertainty* terhadap *Psychological Distress* pada Remaja” dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara *interolance of uncertainty* dengan *psychological distress*. Artinya semakin tinggi remaja menanggapi situasi ketidakpastian secara negatif maka

semakin tinggi penderitaan emosional yang dialami remaja hingga mengganggu aktivitas keseharian remaja tersebut.²⁰

2. Faktor Sumber daya pribadi

Sumber daya pribadi terbagi menjadi 2 jenis. Pertama sumber daya internal atau biasa disebut sumber daya batin, meliputi sumber daya yang mempunyai bagian kuat dari kepribadian seperti harga diri, Kedua sumber daya eksternal yang mencakup jaringan sosial, dukungan sosial dll. Berdasarkan temuan yang peneliti dapatkan dari jawaban terbanyak responden pada kolom esai kuesioner penelitian didapatkan ialah adanya indikasi *bullying*, masalah ekonomi dan perasaan tidak dihargai.

Rosen dkk menjelaskan terkait dampak psikologis yang ditimbulkan dari pengalaman agresi sosial oleh teman sebaya di sekolah yang bisa menyebabkan *psychological distress* pada korbannya, meliputi kecemasan hingga ketakutan yang berlebihan. Tekanan psikologis juga dapat mempengaruhi rendahnya *self esteem* pada korbannya dimana mereka merasa dirinya tidak berharga dan berguna. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Alfia Ridha Pratiwi yang berjudul Penyesuaian sosial di Sekolah Pada remaja yang mengalami *school bullying* didapatkan kesimpulan bahwa tiga subjek yang ia teliti memiliki penyesuaian sosial yang buruk. Ketiga subjek korban *bullying* tersebut memiliki masalah

²⁰ Rizka Widianti.

terkait akademik, hubungan dengan orang tua, interaksi teman sebaya dan sering pindah sekolah.²¹

Hal ini juga yang peneliti temukan pada beberapa responden dimana dari jawaban-jawaban mereka yang memuat terkait *bullying* yang mereka alami kebanyakan adalah berasal dari senioritas kaka kelas atau teman yang menurut mereka lebih dominan di dalam kelas. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Nurlelah dkk berjudul Dampak *bullying* terhadap kesehatan mental santri (Studi kasus di Pondok Pesantren Darul Muttaqien Parung) didapatkan kesimpulan bahwa faktor yang menyebabkan terjadinya *bullying* di pesantren adalah karena kurangnya pengawasan dari guru, adanya pelanggaran yang dilakukan santri dan adanya senioritas antara santri baru dan santri lama. Bentuknya seperti mengejek, penekanan terhadap kedisiplinan dan lainnya. Dampaknya santri menjadi trauma, stress dan takut bahkan memilih keluar dari pesantren karena hal tersebut.²²

3. Faktor Sosio-Demografi

Faktor ini berhubungan dengan karakteristik bawaan yang dibawah individu sejak lahir, yakni jenis kelamin, umur dan etnis. Faktor ini menggambarkan peran seseorang dalam struktur sosial. Faktor yang paling banyak ditemui berdasarkan jawaban dari

²¹ Alifia Ridha Pratiwi, "Penyesuaian Sosial Di Sekolah Pada Remaja Yang Mengalami Bullying," *Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara*, 2017.

²² Syarifah Gustiawati Mukri Nurlelah, "Dampak Bullying Terhadap Kesehatan Mental Santri," *Journal Of Islamic Education* 3 (2019).

kolom esai oleh responden ialah masalah kesesakan, dimana ruang kelas dirasa sempit dan pengap karena kapasitas murid yang melebihi kapasitas kelas seharusnya.

Dari seluruh faktor tersebut peneliti hanya akan fokus membahas faktor kesesakan yang dialami santri dimana hal tersebut adalah faktor yang paling sering muncul jawabannya dari faktor lain. Berdasarkan kuesioner yang telah dibagikan didapatkan hasil faktor yang berpengaruh *psychological distress* santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah Banjarmasin ialah kesesakan. Kesesakan menurut Gifford adalah perasaan subjektif terlalu banyaknya orang di sekitar individu. Kesesakan mungkin berhubungan dengan kepadatan yang tinggi tetapi kepadatan bukanlah syarat mutlak. Kesesakan berhubungan dengan kepadatan dengan banyaknya jumlah individu dalam suatu batas ruang tertentu dimana semakin banyak jumlahnya semakin padat keadaannya.²³ Kondisi ruang kelas yang tidak dapat lagi menampung santrinya karena penambahan jumlah santri yang terus-menerus seiring dengan dibukanya pendaftaran sekolah setiap tahunnya membuat sekolah akhirnya mau tidak mau memasukkan santrinya ke dalam ruang kelas yang menurut santri berdasarkan jawaban mereka sudah melampaui kapasitas, banyaknya jumlah santri dalam satu ruang kelas ini kemudian mempengaruhi kondisi

²³ Maicke Ratna Diliaan Safitri, "Hubungan Kesesakan Dengan Psychological Distress Pada Santri Pondok Pesantren Tradisional."

belajar dan fokus santri kondisi ruangan yang pengap serta fasilitas kipas angin yang kurang memadai karena tidak dapat menjangkau keseluruhan santri merupakan keluhan yang juga santri sebutkan baik dalam studi pendahuluan maupun kuesioner esai yang peneliti bagikan.

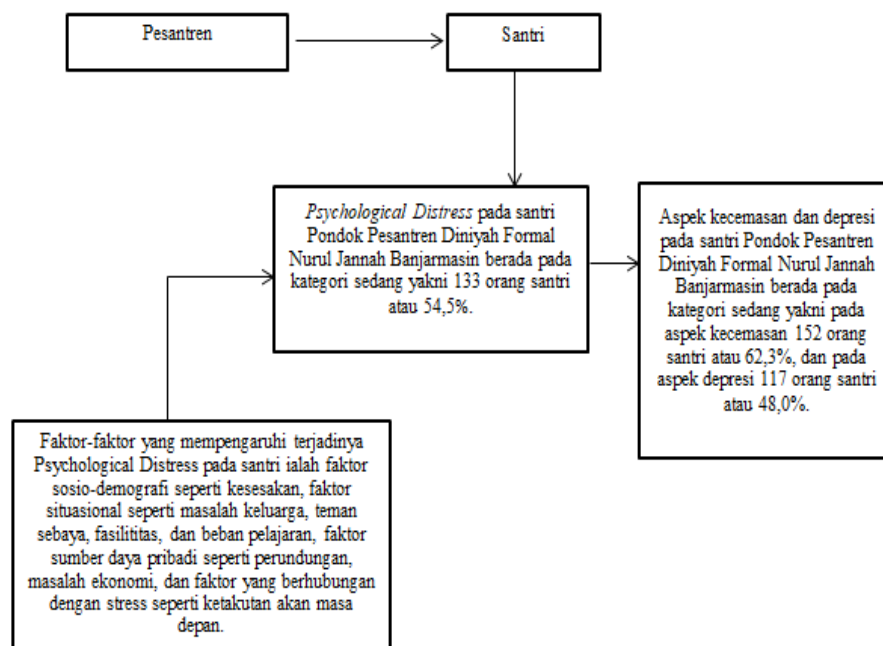
Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maicke, dimana masalah yang diangkat dalam penelitian tersebut ialah Hubungan Kesesakan dengan *psychological distress* pada Santri Pondok Pesantren Tradisional yang dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan ada hubungan antara kesesakan dengan *psychological distress* pada santri Pondok Pesantren tradisional dengan sebesar 0,270 . Dimana semakin tinggi kesesakan maka semakin tinggi pula *psychological distress* yang dialami santri.

Pada dasarnya pihak sekolah telah berupaya mengatasi hal ini untuk solusi permanen dibangunlah ruang-ruang kelas baru yang sekarang masih dalam tahap pembangunan. Untuk solusi sementara pihak sekolah kemudian memisah jam sekolah beberapa kelas yakni pagi dan siang hari, sehingga ruang kelas dapat dipakai bergantian.

Pada kolom esai peneliti juga menyertakan pertanyaan jumlah santri dalam kelas dari pertanyaan tersebut dapat menggambarkan frekuensi rentang jawaban responden bunyi pertanyaan tersebut yaitu "Dari rentang 0-10, menurut kamu

seberapa mengganggu banyaknya jumlah siswa di ruang kelas?” ada 10 responden yang menulis angka 1, 11 responden yang menulis angka 2, 19 responden yang menulis angka 3, 12 responden yang menulis angka 4, 20 responden menulis angka 5, 9 responden menulis angka 6, 11 responden menulis angka 7, dan pada angka 7-8 responden memiliki frekuensi yang sama yakni 8. Sedangkan pada angka 10 responden mencapai 25 responden. Dari jawaban responden frekuensi tertinggi merupakan angka 10 yakni mencapai 25 responden yang artinya santri merasa terganggu dengan banyaknya jumlah santri dalam satu kelas.

SKEMA 1.4 Tingkat *Psychological Distress* Santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Banjarmasin



D. Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari bahwa dalam proses penelitian ini telah melalui banyak kendala dan hambatan. Hal tersebut bukanlah merupakan faktor kesengajaan akan tetapi merupakan bagian dari proses dan keterbatasan penelitian. Adapun keterbatasan dalam penelitian ini yaitu :

1. Adanya aturan jam pelajaran pagi dan siang hari membuat proses penelitian kurang maksimal karena peneliti tidak dapat membagikan kuesioner secara menyeluruh.
2. Para santri/wati merasa asing dengan aktivitas penelitian sehingga kebanyakan menolak untuk diminta wawancara untuk studi pendahuluan maupun mengisi kuesioner.
3. Pada kolom esai tidak semua santri mau mengisi, alasan mereka karena takut diadukan kepada kepala pondok atau ustadza/ah meskipun peneliti telah menjelaskan bahwa hal-hal yang berkaitan dengan penelitian tidak akan berdampak dengan santri secara langsung dan santri bisa memakai nama inisial jika masih takut akan hal tersebut.
4. Peneliti masih kekurangan referensi mengenai teori utama *psychological distress* karena kebanyakan berasal dari buku Internasional dan sulit menemukan buku fisiknya sedangkan untuk buku digital beberapa hanya dapat diakses oleh intansi kampus.