PENGARUH PENYESUAIAN DIRI TERHADAP TINGKAT STRES PADA SANTRI BARU DI PONDOK PESANTREN PENDIDIKAN ISLAM PARIGI HABIRAU TENGAH KECAMATAN DAHA SELATAN HSS

SKRIPSI

Oleh:

MUHAMMAD NURDIN YUSUF

NIM. 1201451436

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
BANJARMASIN
2016

PENGARUH PENYESUAIAN DIRI TERHADAP TINGKAT STRES PADA SANTRI BARU DI PONDOK PESANTREN PENDIDIKAN ISLAM PARIGI HABIRAU TENGAH KECAMATAN DAHA SELATAN HSS

SKRIPSI

Diajukan Kepada Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Antasari
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Menyelesaikan Program Sarjana
Psikologi Islam

Oleh:
MUHAMMAD NURDIN YUSUF
NIM. 1201451436



INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
JURUSAN PSIKOLOGI ISLAM
BANJARMASIN
2016

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Muhammad Nurdin Yusuf
NIM	: 1201451436
Tempat dan Tanggal Lahir	: Tanjung Selor, 18 September 1992
Fakultas	: Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan	: Psikologi Islam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi saya yang berjudul: "Pengaruh Penyesuaian Diri Terhadap Tingkat Stres Pada Santri Baru Di Pondok Pesantren Pendidikan Islam Parigi Habirau Tengah Kecamatan Daha Selatan HSS" adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 25 Juni 2016

Yang membuat pernyataan,



Muhammad Nurdin Yusuf

NIM. 1201451436

PERSETUJUAN SKRIPSI

PENGARUH PENYESUAIAN DIRI TERHADAP TINGKAT STRES PADA SANTRI BARU DI PONDOK PESANTREN PENDIDIKAN ISLAM PARIGI HABIRAU TENGAH KECAMATAN DAHA SELATAN HSS

Dipersembahkan dan disusun oleh:
Muhammad Nurdin Yusuf
NIM. 1201451436

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk
dapat Diajukan kepada Tim Penguji

Pembimbing I	Pembimbing II
Maimanah, M. Ag	Mubarak, MA
NIP. 19730721 200501 2 004	NIP. 19800501 200912 1 004

Mengetahui,
Ketua Jurusan Psikologi Islam

Dra. Mulyani, M. Ag.
NIP. 19681010 199403 2 004

Tanggal, 25 Juni 2016

PENGESAHAN SKRIPSI

PENGARUH PENYESUAIAN DIRI TERHADAP TINGKAT STRES PADA SANTRI BARU DI PONDOK PESANTREN PENDIDIKAN ISLAM PARIGI HABIRAU TENGAH KECAMATAN DAHA SELATAN HSS

Dipersembahkan dan disusun oleh:
MUHAMMAD NURDIN YUSUF
NIM. 1201451436

Telah Diajukan pada Tim Penguji
Pada: Hari kamis, Tanggal 30 Juni 2016

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Dra. Hj. Siti Faridah, M. Ag (Ketua)	1.
2. Maimanah, M. Ag (Anggota)	2.
3. Mubarak, MA (Anggota)	3.
4. Dra. Mulyani, M. Ag (Anggota)	4.
5. Imadduddin, MA (Sekretaris)	5.

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
UIN Antasari Banjarmasin,

Prof. Dr. Abdullah Karim, M.Ag.
NIP. 19630214198203100 2

ABSTRAK

Muhammad Nurdin Yusuf,1201451436: *Pengaruh Penyesuaian Diri Terhadap Tingkat Stres Pada Santri Baru Di Pondok Pesantren Pendidikan Islam Parigi Habirau Tengah Kecamatan Daha Selatan HSS*, Skripsi, Banjarmasin, Jurusan Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin & Humaniora, 2016, Pembimbing: (1) Maimanah, M. Ag (2) Mubarak, MA.

Kata kunci: Penyesuaian Diri, Stres, Santri Baru Di Pondok Pendidikan Islam Parigi Pesantren Habirau Tengah Kecamatan Daha Selatan HSS.

Setiap orang memiliki cara penyesuaian diri sendiri, ada yang dengan cepat menyesuaikan diri dilingkungan baru dan ada juga yang lambat. Dan stres pada santri barujuga berbeda-beda, tapi stres pada pada santri ini banyakditahap normal. Selain itu pola kehidupan di pondok pesantren yang serba disiplin serta jadwal kegiatan yang lumayan banyak, menuntut santri harus bisa menyesuaikan diri agar bisa bertahan di lingkungan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruhpenyesuaian diri terhadap tingkat stres pada santri baru di Pondok Pesantren Habirau Tengah Kecamatan Daha Selatan HSS. Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif. Menggunakan skala penyesuaian diri dan skala stres. Subjek penelitian adalah santri baru yang mengikuti pembelajaran di Pondok Pesantren Pendidikan Islam Parigi Habirau Tengah Kecamatan Daha Selatan. Kelas satu Salafiah Wustha dan kelas duaSalafiah Wustha.

Metodologi penelitian ini adalah penelitian lapangan dengan pendekatan kuantitatif. Variabel dalam penelitian ini ada 2 yakni penyesuaian diri (X) danstres (Y). Alat pengumpulan data berupa skala model *likert*. Skala penyesuaian diri yang terdiri dari 53 item dan skala stres45 item ini sudah di uji kevalidannya dan kereliabilitasannya, dengan nilai reliabel 0,765 untuk skala penyesuaian diri dan 0,831untuk skala stres. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *sampling jenuh*, dengan jumlah subjek sebanyak 47 orang santri. Analisis data menggunakan uji korelasi dengan bantuan program *SPSS 22.0 for windows.*

Hasil data kuantitatif menunjukkan bahwa tingkat penyesuaian diri terhadap tingkat stres pada santri baru di pondok pesantren Pendidikan Islam Parigi Habirau Tengah dominan berada dalam kategori sedang yaitu dengan persentase yang berbeda 74,46% untuk persentase penyesuaian diri dan 65,95 untuk persentase stres.Berdasarkan hasil analisis uji korelasi dengan menggunakan teknik Pearson's Product Moment didapat nilai r hitung sebesar 0,422 dengan p value 0,002. Sementara nilai r tabel pada taraf 5% dengan N 47 adalah sebesar 0,33. Karena nilai r hitung yang didapat (0,422) > nilai r tabel (sig. 5% ; N47 = 0,33) (p value < 0,01), hal ini berarti menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara penyesuaian diri terhadap tingkat stres pada santri baru di Pondok Pesantren Habirau Tengah Kecamatan Daha Selatan HSS.

MOTTO

Ayah, pinjami aku hatimu

Agar aku belajar bagaimana

engkau menghadapi masalah

Tanpa mengeluh sedikitpun.

KATA PERSEMBAHAN

Atas karunia dan rasa syukur kepada Allah SWT Serta kepada Junjungan Nabi Besar Muhamammad SAW

Karya ini penulis persembahkan untuk:

Orang yang paling spesial dalam kehidupan penulis,

Abah dan Mama tersayang, serta ading-adingku

sebagai hadiah dari kasih sayang,

perhatian, motivasi, materi,dukungan dan doa yang

selalu dipanjatkan untuk anakmu ini.

Dan juga untuk

Almamaterku tercinta, Program Studi Psikologi Islam

Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, IAIN Antasari Banjarmasin

KATA PENGANTAR

الحمد لله رب العا لمين الصلا ة والسلا م على اشر ف الأنبياء

والمرسلين سيد نا محمد وعلى اله وصحبه اجمعين

Dengan nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT. keselamatan dan kesejahteraan atas semulia-mulia Rasul junjungan kita Nabi besar Muhammad Saw., keluarga, kerabat, sahabat dan pengikut beliau.

Berkat taufiq, hidayah dan inayah-Nyalah penulis dapat menyelesaikan penyususnan skripsi ini, dengan judul skripsi "**Pengaruh Penyesuaian Diri Terhadap Tingkat Stres Pada Santri Baru Di Pondok Pesantren Pendidikan Islam Parigi Habirau Tengah Kecamatan Daha Selatan HSS"**.

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi syarat kelulusan mata kuliah skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antasari Banjarmasin, Jurusan Psikologi Islam. Tak dapat disangkal butuh usaha yang keras, kegigihan dan kesabaran untuk menyelesaikannya. Sangat penulis sadari bahwa karya ini tidak akan selesai tanpa bantuan, arahan, dukungan dan motivasi orang-orang sekeliling yang tercinta, oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Abdullah Karim, M.Ag, selaku dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antasari Banjarmasin, yang telah menerima dan menyetujui judul skripsi ini.
2. Ibu Dra. Mulyani, M. Ag, selaku Ketua Jurusan Psikologi Islam.
3. Ibu Maimanah, M. Ag, selaku dosen pembimbing pertama skripsi, yang telah membimbing dan mengarahkan penulis dalam mengerjakan skripsi.
4. Bapak Mubarak, MA, selaku dosen pembimbing kedua yang telah membimbing dan memotivasi penulis untuk terus berjuang mengerjakan skripsi selama ini.
5. Semua Dosen Psikologi Islam (Ibu Yulia Hairina M.Psi, Dina Aprillia M.Psi, Azizah Fitriah M.Psi, serta Bapak Imaduddin MA), yang telah memberikan banyak ilmu, semoga ilmu ini dapat berguna dan dapat diterapkan dengan baik.
6. Seluruh dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antasari Banjarmasin, yang telah memeberikan pengajaran dan pendidikan kepada penueliti, serta karyawan/karyawati yang telah memberikan pelayanan administrasi, baik selama perkuliahan maupun dalam proses penyususnan skripsi ini.
7. Kepala Perpustakan Institut IAIN Antasari Banjarmasin dan Kepala Perpustakaan Ushuluddin dan Humaniora berserta staf, yang telah membantu peneliti selama mengenyam pendidikan di kampus ini.
8. Teman-teman seperjuangan, yaitu teman-teman Jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antasari Banjarmasin angkatan 2012, yang telah memberikan dukungan, semangat dan motivasinya.

9. Kepada *Abah*, *Mama* dan ading-ading penulis (Jahrani, Mardiana dan Nuriyah, Rasyidah, Rahmah, Fathur Rahman, Mahmudah Hasanah, Muhammad Hidayat dan si bungsu Muhamammad Rasyid Shiddiq), dan juga keluarga besarku yang telah memberikan dukungan, semangat, motivasi dan doa yang selalu dipanjatkan untukku. Serta untuk abah, mama yang selama ini membantu banyak, baik secara materi maupun doa kepada penulis saat masih kuliah sampai menyelesaikan skripsi ini.I love you so much abah dan mama, terima kasih banyak yang tak mungkin bisa kubalas dengan apa-apa atas semuanya. Semoga selalu sehat untukmu mama, abah, serta ading-adingku dan semoga anakmu ini jadi anak yang berguna khususnya untuk kalian berdua dan juga orang lain.
10. Kepada seseorang yang tak pernah henti-hentinya memberikan motivasi dansemangatyang tak pernah bosan mengingatkan dan membantu untuk mengerjakan skripsi ini. Meskipun terkadang engkau hampir menyerah karenaku.Terima kasih banyak kuucapkan yang sebesar-besarnya, semoga Allah membalas semua kebaikanmu.
11. Kepada teman-teman di asrama Nagara. Terima kasih banyak, semoga yang dalam tahap mengerjakan skripsi juga cepat menyusul.
12. Kepada teman atau pun sahabatku yang berada dikampung yang juga selalu mendoakan dan juga memberikan semangat kepada penulis untuk mengerjakan skripsi ini. Terima kasih banyak kuucapkan untuk kalian semua.

13. Kepada pimpinan pondok, para guru atau ustadz dan ustadzah serta staf yang lain di pondok pesantren Pendidikan Islam Parigi Habirau Tengah yang telah memberikan izin untuk penelitian skripsi ini di pondok tersebut. Terima kasih sebanyak-banyaknya.
14. Kepada para responden yang telah bersedia mengisi skala penyesuaian diri dan skala stres yang penulis berikan terima kasih banyak.
15. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga segala kebaikan dan pertolongan semuanya mendapatkan berkah dari Allah SWT. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, karena dari keterbatasan ilmu yang penulis miliki. Untuk itu penulis dengan segala kerendahan hati mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun dari semua pihak demi kesempurnaan laporan penelitian ini.

Harapan penulis semoga skripsi ini bermanfaat bagi pihak-pihak terkait, baik di lingkungan Akademik Fakultas Ushuluddin dan Humaniora maupun para pembaca pada umumnya.

Banjarmasin, 25 Juni 2016

Penulis

PEDOMAN TRANSLITERASI

ARAB-INDONESIA

1.	ا : A		16.	ط	: Th
2.	ب	: B	17.	ظ	: Zh
3.	ت	: T	18.	ع	: ‘
4.	ث	: Ts	19.	غ	: Gh
5.	ج: J		20.	ف	: F
6.	ح: H		21.	ق	: Q
7.	خ: Kh		22.	ك	: K
8.	د : D		23.	ل	: L
9.	ذ : Dz		24.	م	: M
10.	ر: R		25.	ن	: N
11.	ز: Z		26.	و	: W
12.	س	: S	27.	ه	: H
13.	ش	: Sy	28.	**ء**	**:**‘
14.	ص	: Sh	29.	**ي**	**:** Y
15.	ض	: Dh			

Mad dan Diftong

1.	Fathah panjang	: Â / â	4. ا و	: Aw
2.	Kasrah panjang	: Î / î	5. ي ا	: Ay
3.	Dhamah panjang	: Û / û		

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN ii
HALAMAN PERSETUJUAN iii
HALAMAN PENGESAHAN iv
ABSTRAK v
MOTTO vi
KATA PERSEMBAHAN vii
KATA PENGANTAR viii
PEDOMAN TRANSLITERASI xi
DAFTAR ISI xii
DAFTAR TABEL xv
DAFTAR LAMPIRAN xv
BAB I PENDAHULUAN
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 9
C. Tujuan Penelitian dan Signifikansi Peneletian 10
D. Definisi Istilah 10
E. Penelitian Terdahulu 13
F. Hipotesis 14
G. Sistematika Penulisan 15
BAB II LANDASAN TEORI
A. Penyesuaian Diri 17

1.Pengertian Penyesuaian Diri.....17

2. Cara-cara Penyesuaian Diri.....20

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Proses

Penyesuaian Diri.....21

4. Aspek-aspek Penyesuaian Diri.....22

5. Bentuk-bentuk Penyesuaian Diri.....24

6. Penyesuaian Diri dalam Islam.....25

B. Stres

1. Pengertian Stres.....27

2. Penggolongan Stres.....29

3. Faktor yang Menyebabkan Stres.....30

4. Tahapan Stres.....33

5. Tingkatan Stres.....34

6. Gejala-gejala Stres.....37

7. Dampak Stres.....39

C. Santri dan Pesantren

1. Pengertian Santri..... 40

2. Pengertian Pesantren..... 41

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian..... 45
B. Identifikasi Variabel Penelitian..... 45
C. Definisi Istilah..... 45
D. Populasi dan Sampel..... 49
E. Metode Pengumpulan Data..... 50
F. Instrumen Penelitian..... 52
G. Teknik Pengolahan Data..... 57

1. Validitas..... 57

2. Reliabilitas..... 57

H. Metode Analisis Data..... 59

BAB IVHASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian..... 61
B. Karakteristik Subjek Penelitian..... 64
C. Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas..... 65
D. Analisis Deskripsi Data Hasil Penelitian..... 71
E. Pembahasan..... 77

BAB VPENUTUP

A. Kesimpulan..... 90
B. Saran..... 91

DAFTAR PUSTAKA..... 93

LAMPIRAN-LAMPIRAN..... 97

DAFTAR RIWAYAT HIDUP..... 126

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Rancangan Skala Penyesuaian Diri..... 54
Tabel 2 Skala Stres..... 56
Tabel 3 Staf Pengajar 63
Tabel 4 Karakteristik Responden..... 64
Tabel 5 Hasil Uji Validitas Skala Penyesuaian Diri..... 66
Tabel 6 Hasil Uji Validitas Skala Stres.....67
Tabel 7 Nilai Koefisien Penyesuaian Diri..... 70
Tabel 8 Nilai Koefisien Stres..... 70
Tabel 9 Rangkuman Uji Reliabelitas..... 71
Tabel 10 Deskripsi Data Hasil Penelitian..... 73
Tabel 11 Kategori Penyesuaian Diri.....73
Tabel 12 Kategori Stres..... 74
Tabel 13 Hubungan Antar Variabel..... 76
Tabel 14 Interpretasi Nilai R..... 76
Tabel 15 Rangkuman Korelasi Product Moment (rXY).....77