

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menghafal Al-Qur'an adalah sebuah keistimewaan bagi umat Islam karena memiliki banyak keutamaan dan kemuliaan bagi orang yang menghafal Al-Qur'an. Allah SWT telah menjadikan umat terbaik pada kalangan manusia dan memudahkannya untuk menjaga kitabnya baik secara tulisan maupun hafalan¹. Selain itu, menghafal Al-Qur'an juga merupakan suatu keutamaan dan kenikmatan yang besar yang harus disyukuri dan menjadi hal yang sangat didambakan oleh seluruh manusia². Menghafal Al-Qur'an/Tahfidzul Qur'an adalah suatu proses untuk memelihara, menjaga, dan melestarikan kemurnian Al-Qur'an yang diturunkan kepada Rasulullah SAW diluar kepala agar tidak terjadi perubahan dan pemalsuan serta dapat menjaga kelupaan baik secara keseluruhan maupun sebagian. Allah SWT menjamin pemeliharaan Al-Qur'an yang tertuang dalam surah al-Hijr/15:9 yang berbunyi :

إِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ

Artinya : *“Sesungguhnya Kamilah yang menurunkan Al-Qur'an, dan pasti Kami (pula) yang memeliharanya.*

Meskipun sudah diyakini bahwa Al-Qur'an dipelihara oleh Allah SWT, akan tetapi manusia sebagai hamba Allah tidak boleh terpaku hanya pada penafsiran secara harfiyah saja sehingga tidak melakukan usaha apapun. Oleh karena itu, adapun salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menjaga Al-Qur'an adalah dengan menghafalnya. Orang yang menghafal Al-Qur'an akan membawa manfaat dan pahala. Sehingga, dengan menghafal Al-Qur'an memiliki keistimewaan baik didunia maupun di akhirat. Adapun keistimewaan dunia bagi penghafal Al-Qur'an yaitu nikmat Rabbānī yang mendatangkan kebaikan, keberkahan dan rahmat.

Sedangkan keistimewaan akhirat bagi penghafal Al-Qur'an yaitu akan menjadi penolongnya, serta memberi kemuliaan kepada kedua orang tua dan

¹ Hasan, Ali. *Menghafal Al-Qur'an Itu Mudah*. Pustaka At-Taskia, 2008.

² Zamani, Zaki, and M. Syukron Maksum. *Menghafal Al-Qur'an Itu Gampang*. PT. Buku Kita, 2009.

lainnya. Al- Qur'an juga akan memberikan syafaatnya kelak di akhirat pada orang yang membacanya. Keistimewaan menghafal Al-Qur'an juga disebutkan dalam QS Al- Qamar:17 yang berbunyi:

وَلَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّكْرِ فَهَلْ مِنْ مُدَكِّرٍ

Artinya: *Dan Sesungguhnya telah Kami mudahkan Al-Quran untuk pelajaran, Maka Adakah orang yang mengambil pelajaran?*

Kegiatan menghafal Al-Qur'an ini juga dialami oleh para santri. Selain bersekolah, para santri juga melakukan setoran hapalan Al-Qur'an sesuai target. Sehingga, santri dituntut untuk disiplin. Setiap hari para santri harus menyelesaikan target bacaan Al-Qur'an dan setoran hafalan. Proses menghafal Al-Qur'an juga membutuhkan waktu yang cukup panjang. Hal ini disebabkan karena Al-Qur'an itu sendiri mengandung 114 surat, 6.236 ayat, 77.439 kata, dan 323.015 huruf yang sangat berbeda dengan simbol huruf bahasa Indonesia yang menggunakan bahasa Arab. Seorang penghafal Al-Qur'an harus memiliki fokus dan konsentrasi ketika menghafal. Hal ini disebabkan karena menghafal Al-Qur'an bukan semata-mata hanya menghafal dengan mengandalkan kekuatan memori, akan tetapi termasuk serangkaian proses yang harus dijalani oleh penghafal Al-Qur'an setelah mampu menguasai hafalan secara kuantitas. Selain itu, santri memiliki kendala menghafal Al-Qur'an disebabkan kesulitan untuk membedakan ayat dan keliru mengingat hafalan yang sudah pernah dihafalkan

Selain karena proses menghafal yang tidak mudah dan waktu yang dibutuhkan cukup panjang, salah satu tekanan yang dirasakan oleh santri adalah ketika santri harus memberikan setoran hafalan sesuai target. Sedangkan santri juga memiliki kegiatan lain seperti sekolah dan diwajibkan mengikuti kegiatan lain yang telah ditetapkan oleh pondok pesantren. Adapun kegiatan lain seperti mengikuti madrasah diniyah yang diharuskan mempelajari ilmu fiqih, tauhid, nahwu, dan lain sebagainya.

Hal ini sesuai dengan pendapat Al-Hafidz terkait problematika yang dihadapi oleh santri penghafal Al-Qur'an itu secara garis besarnya adalah kesulitan menghafal, melupakan ayat-ayat yang telah dihafal, banyak ayat yang serupa, gangguan lingkungan, serta banyaknya kesibukan³. Sejalan dengan pendapat

³ Nurul, Qomariah, and Irsyad Mohammad. *Metode Cepat Dan Mudah Agar Anak Hafal Al-Qur'an*. Semesta Hikmah, 2019.

tersebut, Suarni juga melakukan penelitian terkait faktor penyebab santriwati yang mengalami stress menghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Darud Da'wah Wal-Irsyad Lil-Banat Parepare yaitu faktor lingkungan yang tidak kondusif antara pekerjaan sekolah dan hafalan yang harus diseimbangkan serta stres juga timbul dari dalam diri individu itu sendiri.⁴ Hal inilah yang menjadi kendala yang menyebabkan kesulitan menghafal Al-Qur'an yang pada akhirnya mengakibatkan gejala stress seperti sakit kepala, cemas, kelelahan, dan susah tidur. Selain itu, adapun hasil penelitian Khasna yang menunjukkan tingkat stress dalam proses menghafal Al-Qur'an pada santri Mustawa Awwal Pondok Pesantren Modern Darul Qur'an Al Karim yaitu menunjukkan mereka mengalami stres⁵.

Stress adalah gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan. Lazarus mengemukakan bahwa stres terjadi apabila individu mendapat tuntutan yang melampaui kemampuan yang dimiliki individu untuk menyesuaikan diri. Stress juga terjadi apabila terdapat ketidakseimbangan antara tuntutan yang dihadapi oleh individu dan kemampuan yang dimilikinya.

Individu yang mengalami stress akan menunjukkan beberapa gejala, baik secara fisik ataupun psikis. Secara fisik, individu yang mengalami stres akan mengalami beberapa gejala secara fisik seperti jantung berdebar, gangguan pencernaan, sakit kepala, lelah, lesu, tidak bergairah, tidak nafsu makan dan tidak bisa tidur. Sedangkan secara psikis, individu yang mengalami stres akan merasa sedih, putus asa, merasa bersalah, impulsif dan mudah marah, selalu tegang dan suka menyendiri.

Berdasarkan hasil observasi di Pondok Pesantren Darul Arafah Medan menunjukkan beberapa santri mengalami gejala stress yang diakibatkan oleh tuntutan di Pondok Pesantren, salah satunya setoran hapalan Al-Qur'an sesuai target yang ditetapkan. Hal ini ditunjukkan dengan beberapa keadaan santri yang terlihat lelah, lesu, dan kurang bersemangat. Santri mengaku bahwa kesulitan mengatur waktu antara sekolah dan setoran hapalan Al-Qur'an. Selain itu, santri juga mengaku mengalami kelelahan dan kurang bersemangat karena banyaknya beban tugas yang harus diselesaikan hingga mengganggu jadwal istirahat. Beberapa santri

⁴ Chairani, Lisya, and Subandi. *Psikologi Santri Penghafal Al-Qur'an: Peranan Regulasi Diri*. Pustaka Pelajar, 2010.

⁵ Fauziyah, Khasna. *Tingkat Stress Dalam Proses Menghafal Al-Qur'an Pada Santri Mustawa Awwal Pondok Pesantren Modern Darul Qur'an Al Karim Desa Karangrengah*. Institut Agama Islam Negeri Purwokerto, 2020.

mengaku sulit tidur sehingga menyebabkan santri merasa lesu dan cenderung mudah marah. Para santri merasa tertekan karena banyaknya beban tugas dan ketidakmampuan santri dalam mengatur waktu membuat santri mengalami sakit kepala dan tidak fokus dalam menyelesaikan setiap tugas. Ganjaran yang diberikan kepada para santri ketika mereka tidak mampu melaksanakan setoran hafalan semakin menambah stress pada para santri.

Pada uraian di atas, menunjukkan bahwa stres yang dialami oleh para santri diakibatkan oleh faktor lingkungan, salah satunya kelebihan beban tugas. Hal ini sejalan dengan pendapat Muhammad Surya yang menyatakan stress merupakan keadaan dimana individu yang mengalami ketegangan karena adanya kondisi-kondisi yang mempengaruhi dirinya⁶. Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan, dapat diketahui bahwa stress yang dialami santri diakibatkan oleh banyaknya beban tugas dan ketidakmampuan santri dalam mengatasi hal tersebut. Hal ini sebabkan karena manusia yang tugasnya melebihi kapasitas lebih mudah mengalami stress daripada individu yang memiliki tugas sedikit. Pada kasus yang telah diuraikan, kegiatan santri yang terlalu padat seperti sekolah, setoran hafalan, dan kegiatan lain mengakibatkan santri merasa mudah tertekan dan cenderung stress. Sehingga, diperlukan suatu pembinaan untuk meminimalisir stress pada santri di Pondok Pesantren tersebut. Adapun salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan memberikan bimbingan agama kepada para santri.

Menurut H.M Arifin bimbingan agama dapat diartikan sebagai usaha pemberian bantuan kepada seseorang yang mengalami kesulitan baik lahiriah maupun batiniah yang menyangkut kehidupannya di masa kini dan masa mendatang. Bimbingan tersebut berupa bantuan secara mental dan spiritual agar orang yang bersangkutan mampu mengatasi permasalahan dengan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri melalui dorongan dan kekuatan iman dan taqwanya kepada Tuhannya.

Bimbingan agama ini memiliki peran penting untuk membimbing dan membantu para santri dalam mengatasi permasalahan yang mengakibatkan santri merasa stres. Adapun salah satu tujuan khusus dari bimbingan agama yaitu membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi yang baik agar menjadi lebih baik sehingga tidak menjadi sumber masalah bagi diri sendiri atau

⁶ Surya, Muhammad. *Bina Keluarga*. Aneka Ilmu, 2001.

orang lain. Oleh karena itu, diharapkan melalui bimbingan ini para santri dapat mengurangi stres dengan mengurangi rasa cemas, gelisah, sedih, marah dan rasa tertekan pada para santri. Sehingga, santri dapat melaksanakan kegiatan menghafal Al-Qur'an secara optimal untuk mencapai ridha Allah SWT.

Beberapa penelitian yang sudah dilakukan dalam meminimalisir stres pada santri penghafal Al-Qur'an belum banyak yang menggunakan metode bimbingan agama, khususnya pada santri laki-laki. Sehingga, penelitian ini akan mengkaji lebih lanjut bagaimana upaya atau metode bimbingan agama yang dilakukan oleh pembimbing terhadap santri-santri dapat meminimalisir stres hafalan Al-Qur'an.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan, masalah yang dapat diidentifikasi pada santri penghafal Al-Qur'an, antara lain sebagai berikut :

1. Ketidakmampuan dalam mengatasi tekanan
2. Kesulitan dalam setoran ayat-ayat Al-Qur'an
3. Gangguan lingkungan
4. Kegiatan yang terlalu banyak
5. Mengalami kelelahan, lesu, dan kurang bersemangat
6. Mudah marah dan tersinggung

Pada uraian tersebut, menunjukkan beberapa permasalahan yang terjadi pada santri. Permasalahan tersebut merupakan gejala-gejala timbulnya stres pada santri. Sehingga, apabila tidak ditangani dengan baik akan meningkatkan stres pada santri di Pondok Pesantren tersebut.

C. Fokus Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut maka fokus penelitian ini adalah penggunaan metode bimbingan agama untuk mengurangi stres setoran hafalan ayat-ayat Al-Qur'an pada santri di Pondok Pesantren Darul Arafah.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, rumusan masalah dari penelitian ini antara lain sebagai berikut:

1. Bagaimana kondisi stres yang dialami oleh santri penghafal Al-Qur'an di Pesantren Darul Arafah Kota Medan?
2. Bagaimana pelaksanaan metode bimbingan agama dalam mengurangi stres bagi santri di Pesantren Darul Arafah Kota Medan?
3. Apa indikator keberhasilan bimbingan agama dalam mengurangi stressantri

penghafal Al-Qur'an di Pesantren Darul Arafah Kota Medan?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, adapun tujuan penelitian ini antara lain sebagai berikut:

1. Mengetahui kondisi stres yang dialami oleh santri penghafal Al-Qur'an di Pesantren Darul Arafah Kota Medan.
2. Mengetahui pelaksanaan metode bimbingan agama dalam mengurangi stres pada santri penghafal Al-Qur'an di Pesantren Darul Arafah Kota Medan.
3. Mengetahui indikator keberhasilan bimbingan agama dalam mengurangi stres santri penghafal Al-Qur'an di Pesantren Darul Arafah Kota Medan.

F. Batasan Istilah

Dalam menghindari kesalahpahaman dalam memberikan penafsiran serta memudahkan dalam memahami maksud judul proposal ini, maka penulis memberikan batasan-batasan istilah antara lain sebagai berikut:

1. Metode Bimbingan Agama

Metode bimbingan agama adalah usaha pemberian bantuan secara berkesinambungan oleh pembimbing berdasarkan konsep Al-Qur'an dan sunah kepada anak yatim dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya secara optimal serta mampu mencapai kemandirian sehingga mereka dapat memperoleh kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

2. Stres

Stres dapat diartikan sebagai gangguan, baik pada tubuh maupun pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan. Stres juga merupakan bentuk tekanan, ketegangan, gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang.

3. Santri

Santri merupakan seseorang yang sedang belajar memperdalam ilmu-ilmu pengetahuan tentang agama Islam dengan sungguh-sungguh.

4. Pesantren

Pesantren merupakan suatu lembaga keagamaan yang memberikan pendidikan dan pengajaran serta mengembangkan dan menyebarkan pengetahuan mengenai agama Islam.

G. Kegunaan Penelitian

Pada penelitian ini, memiliki beberapa manfaat atau kegunaan antara lain

sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi sebuah pemikiran ilmiah yang akan menambah pengetahuan di bidang bimbingan penyuluhan Islam, terutama pada metode bimbingan agama dalam mengurangi stress pada santri penghafal Al-Qur'an.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Pesantren

Manfaat penelitian ini bagi pesantren adalah agar pihak pesantren dapat menerapkan upaya untuk mengurangi stres pada santri salah satunya dengan menerapkan bimbingan agama agar dapat membantu menghasilkan santri yang berkualitas dan mampu mengatasi permasalahan dengan iman dan taqwa.

b. Bagi Santri

Manfaat penelitian ini bagi santri adalah untuk mendorong dan memotivasi para santri untuk mengatasi stres melalui bimbingan agama. Stres yang berkurang akan memudahkan para santri untuk fokus terhadap kegiatan yang diadakan pesantren salah satunya setoran hafalan ayat-ayat Al-Qur'an.

c. Bagi Peneliti

Manfaat penelitian ini bagi peneliti sendiri adalah menambah wawasan dan pengetahuan terutama terkait pelaksanaan bimbingan agama dalam mengurangi stres santri. Selain itu, penelitian ini bermanfaat untuk melatih peneliti dalam mengidentifikasi suatu permasalahan dan memperoleh pemahaman terkait pelaksanaan bimbingan agama dalam mengurangi stres.

H. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan berguna agar pembahasan lebih sistematis dan terarah kepada rumusan masalah yang diteliti. Oleh karena itu, peneliti juga menyusun kerangka untuk dijadikan acuan dalam melakukan penelitian. Susunan sistematika pembahasan tersebut antara lain sebagai berikut :

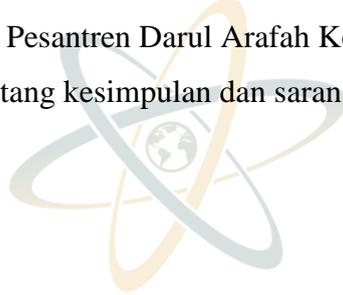
BAB I PENDAHULUAN, memuat secara rinci bagian pendahuluan yang terdiri dari latar belakang, identifikasi masalah, fokus masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, batasan istilah, kegunaan penelitian, serta sistematika penulisan.

BAB II LANDASAN TEORI, yang berisikan tentang teori-teori yang mendasari pembahasan secara terperinci serta beberapa penelitian terdahulu.

BAB III METODE PENELITIAN, memuat secara rinci metode penelitian yang digunakan peneliti beserta jenis dan pendekatan penelitian, tempat dan waktu penelitian, informan penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data dan teknik pemeriksaan keabsahan data.

BAB IV, memuat secara rinci terkait hasil penelitian dan pembahasan tentang Metode Bimbingan Agama Dalam Mengurangi Stres Setoran Hafalan Ayat-Ayat Al-Qur'an Santri Laki-Laki Di Pesantren Darul Arafah Kota Medan.

BAB V, berisikan tentang kesimpulan dan saran penelitian.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN