

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Konteks Penelitian

Kecemasan sosial yang terjadi disekitar kita bukan hanya berdampak pada kehidupan sosial saja, namun juga berdampak bagi siswa yang sedang menempuh pendidikan di suatu instansi. Perbedaan sekolah modern dengan sekolah konvensional juga berdampak pada adanya perbedaan dalam kesehatan mental siswanya, terutama dalam hal kecemasan sosial. Sekolah konvensional seperti pondok pesantren lebih banyak berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri santrinya. Menurut Achamd Muchaddam Fahham, Lembaga Pendidikan yang terbilang berbeda dengan Lembaga Pendidikan pada umumnya menjadikan lembaga ini terpendang unik dan memiliki karakter khusus sebagai ciri khasnya, Lembaga tersebut adalah Pesantren yang merupakan lembaga pengasuhan alternatif yang keberadaannya khas. Satu sisi menerapkan sistem pendidikan Islam, di pihak lain membangun kelekatan dengan peserta didik/santri, seutuhnya yaitu dengan merawat, membimbing, menjaga dan memantau perkembangan santri.<sup>1</sup>

Di Pesantren, santri diberi pengetahuan tentang agama islam yang ajaran tersebut dipersiapkan untuk bekal hidupnya di masa yang akan datang, pendidikan yang berfokus pada keagamaan Islam bertujuan untuk bekal kelak diakhirat, sebagai mana kita tau bahwasanya hidup didunia

---

<sup>1</sup> Achmad Muchaddam Fahham, *Pendidikan Pesantren: Pola Pengasuhan, Pembentukan Karakter Dan Perlindungan Anak* (Jakarta: Publica Institute Jakarta, 2015).

hanyalah sementara, sedangkan kehidupan yang kekal ialah diakhirat nanti. Sehingga dari fokus ajaran tersebut membuat Pesantren menjadi Lembaga yang unik dan memiliki ciri khasnya sendiri.

Menurut Imam Syafe'i dalam artikel yang berjudul pondok pesantren: lembaga pendidikan pembentukan karakter; mengatakan bahwa pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan Islam tertua di Indonesia. Pesantren memiliki asrama sendiri sehingga santrinya dapat tinggal bersama dengan santri lainnya. Sederhananya Pondok Pesantren ialah tempat tinggal bagi santri yang menuntut ilmu agama di Lembaga tersebut. Santri yang sudah tinggal di pesantren tidak bisa seenaknya meninggalkan pesantren tersebut dengan semaunya sendiri, karena di setiap pesantren sudah terdapat aturannya sendiri yang mana harus ditaati dan dipatuhi setiap aturan yang ada sebagai mana kita tinggal dirumah kita sendiri yang mana sudah terdapat aturan dan ketentuan dalam setiap rumah.<sup>2</sup>

Disamping sebagai makhluk individu atau pribadi santri juga sebagai makhluk sosial. Santri merupakan orang yang mendalami ilmu agama islam atau orang yang beribadah dengan sungguh-sungguh di lingkungan pesantren khususnya untuk kitab-kitab serta menghafal al-qur'an dan menetap didalamnya. Santri tidak dapat mencapai apa yang diinginkan secara seorang diri saja. Kehadiran santri lain dihadapannya, bukan saja penting untuk mencapai tujuan mondoknya, tetapi juga merupakan sarana

---

<sup>2</sup> "Pondok Pesantren: *Lembaga Pendidikan Pembentukan Karakter* | Syafe'i | Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam," accessed March 8, 2024, <http://dx.doi.org/10.24042/atjpi.v8i1.2097>.

untuk pengembangan kepribadiannya dalam menghadapi rasa kecemasan sosial yang dialaminya. Kehidupan sosial antara santri yang satu dengan yang lainnya dimungkinkan tidak saja oleh kebutuhan pribadi seperti telah disebutkan di atas, tetapi juga karena adanya bahasa sebagai alat atau medium komunikasi. Melalui pondok pesantren dapat dikembangkan suatu keadaan yang seimbang antara pengembangan aspek individual dan aspek sosial ini.

Kecemasan sosial adalah rasa takut akan pengamatan orang lain dan penilaian mereka. Rasa takut bahwa, entah bagaimana, kita tak bisa memenuhi harapan mereka dan akan dikritik. Tentu saja, bila kita tidak terlalu menganggap serius penilaian orang lain, kita tidak akan takut. Bila kita menganggapnya serius, diam-diam kita menyetujui penilaian itu-penilaian yang biasanya kita bayangkan. Kita menjadi cemas sebagai persiapan untuk dihakimi karena tampil tidak layak atau bodoh, dan rasa cemas ini mendorong kita untuk menghindari, kapan saja kita mampu, situasi pergaulan dimana kita mungkin diamati dengan cara yang kurang menguntungkan.<sup>3</sup>

Kecemasan sosial pada santri timbul saat mereka berpikir jika dirinya melakukan sesuatu tidak sama dengan orang lain, maka ia akan mendapat label negatif oleh orang lain dan akan berpikir bahwa ia melakukan suatu hal yang memalukan didepan orang lain. Setelah memutuskan untuk menjadi santri, pada tahap pertama memasuki

---

<sup>3</sup> Sheenah Hankin, *Strategi Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri* (Jakarta: PT gamedia pustaka utama, 2005), 106.

lingkungan pondok pesantren menjadi prioritas santri yang berfokus pada pengembangan hubungan baru. Selama menjadi santri dukungan teman sekamar juga membantu santri dalam memfasilitasi identitas pribadi dan meningkatkan otonomi mereka. Santri merupakan kalangan tertinggi untuk timbulnya kecemasan sosial. Santri rentan mengalami kecemasan sosial karena cenderung membuat penilaian antara dirinya sendiri dengan orang lain sebagai pembandingan yang dapat menimbulkan rasa cemas pada dirinya sendiri dan cenderung mengandalkan penilaian subyektif daripada penilaian objektif.

Fenomena kecemasan sosial sering dan bahkan mudah sekali terjadi di kalangan masyarakat maupun pelajar. Setiap orang memiliki masalah kecemasan, akan tetapi tingkat kecemasan sosial setiap orang berbeda-beda. Menurut Rima Muaharram, dkk, seseorang yang memiliki kecemasan sosial cenderung mengalami ketakutan terhadap situasi yang berhubungan dengan performa, serta mereka akan merasa tidak nyaman dan tidak percaya diri ketika berhadapan dengan orang lain, hal tersebut disertai dengan perasaan malu, takut, dan pikiran yang berlebihan tentang diri mereka. Mereka cenderung menganggap penilaian orang lain terhadap dirinya selalu rendah dan buruk.<sup>4</sup> Santri yang menderita kecemasan sosial sering merasa tidak termotivasi dan tidak percaya diri untuk terlibat dalam interaksi sosial dengan orang lain, mereka merasa akan menghambat komunikasi mereka dengan orang-orang disekitarnya karena kegugupan

---

<sup>4</sup> Rima Muaharram, Cut Ita Zahara, and Ika Amalia, "Hubungan Body Image dengan Kecemasan Sosial Pada Dewasa Awal," *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)* 3, no. 2 (January 29, 2023): 56, <https://doi.org/10.29103/jpt.v3i2.8880>.

yang mereka alami. Santri yang mengalami kecemasan sosial akan berperilaku melarikan diri atau menghindar dari situasi sosial dan tidak percaya diri karena mereka berpikir pada situasi tersebut akan berpotensi mendapatkan evaluasi negatif oleh orang lain.

Percaya diri merupakan suatu keberanian yang positif dalam menghadapi tantangan, karena diakui atau tidak belajar dari pengalaman jauh lebih penting dari pada keberhasilan atau kegagalan. Karena percaya diri itu penting untuk kita tampilkan dalam kehidupan publik.<sup>5</sup> Seseorang yang memiliki kepercayaan diri rendah akan mengalami ketidak stabilan dalam hal apapun. Contohnya santri yang baru masuk atau bisa dikatakan dengan siswa baru pasti akan memiliki rasa malu atau tidak percaya diri untuk bergabung dengan teman satu kamarnya. Menegenai kepercayaan diri santri di pondok pesantren saat ini sangat memprihatinkan terutama pada santri yang memliki karakteristik yang sangat pemalu. Banyak santri yang kurang menyadari terkait kemampuan yang dimilikinya sehingga dia tidak percaya diri. Maka dirasa sangat perlu ditanamkannya kebiasaan berani berpendapat dan bersosialisasi, agar santri menjadi pribadi yang berani dan percaya diri serta mandiri dalam menjalani kehidupan di pondok pesantren dan mampu meraih cita-citanya.

Didalam kehidupan pondok pesantren ini terdapat hal-hal yang sangat berbeda dalam segi pemikiran contohnya, ada yang sebagian orang bilang beda kepala beda pemikiran, dan juga sebagian orang itu

---

<sup>5</sup> Hendra Widjaja, *Berani Tampil Beda Dan Percaya Diri* (Yogyakarta: Araska Publisher, 2016).

mempunyai perbedaan kesukaan, krakterpun juga berbeda, ada banyak hal dalam lingkungan pondok pesantren yang sangat menarik, diantaranya adalah ketika hendak liburan akan ada acara atau lomba di pondok, para pengurus pondok atau ustadz menuntut santrinya untuk berpartisipasi dan mengikuti acara atau lomba yang ada tetapi masih banyak dari mereka yang tidak mau dengan alasan malu, takut, dan lain- lain. Padahal dari mereka banyak yang memiliki kemampuan yang bagus namun karena mereka kurang percaya diri maka banyak yang memilih tidak ikut. Dengan demikian maka sangat sulit menemukan santri yang kritis di pondok. Padahal dalam dunia yang semakin berkembang ini seharusnya pelajar dituntut berani eksis dalam segala hal apalagi dalam menyangkut persoalan pendidikan. Karena dalam lingkungan pondok pesantren sangat mengharapkan santri yang pemberani (percaya diri) tegas, dan bertanggung jawab seperti santri yang dicita-citakan.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak Pamekasan menemukan berbagai permasalahan yang kecemasan sosial yang berdampak pada kepercayaan diri santri. Peneliti mengamati pondok pesantren ummul quro assuyuty plakpak pamekasan melihat santri yang mengalami kecemasan sosial yang berdampak pada kepercayaan diri akibat evaluasi negatif dari lingkungan sekitarnya, santri yang sering mengalami kecemasan sosial di sini adalah santri yang masih baru.<sup>6</sup>

---

<sup>6</sup> Hasil tahap pra lapangan di pondok pesantren Ummul Quro Assuyuti Plakpak Pamekasan tanggal 26 Februari 2024

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan salah satu santri pondok pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak Pamekasan peneliti menemukan hasil bahwa, santri mengalami kecemasan sosial yang berdampak pada kepercayaan diri karena baru memasuki lingkungan pondok pesantren, mereka takut untuk menunjukkan diri mereka kepada orang banyak, takut mendapat evaluasi negatif dari orang lain ketika melakukan suatu kegiatan sehingga santri akan mudah mengalami kecemasan sosial saat berinteraksi dengan banyak orang, merasa diamati, di evaluasi negatif, dan terkadang merasa dipermalukan didepan umum oleh orang lain, selain karena lingkungan mereka yang terbatas, mereka juga kurang mengenal yang namanya teknologi yang memudahkan mereka bisa mengenal dunia pendidikan dan pergaulan yang luas sehingga banyak santri yang tidak percaya diri dalam mempresentasikan hasil pekerjaannya baik secara individu ataupun berkelompok.<sup>7</sup>

Berdasarkan permasalahan diatas, maka peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian di Pondok Pesantren tersebut, karena peneliti ingin mengetahui dampak kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri santri. Oleh karena itu peneliti mengangkat judul penelitian **“Dampak Kecemasan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak Pamekasan”**.

---

<sup>7</sup> Hasil wawancara dari Muhammad ridho salah satu santri pondok pesantren Ummul Quro Assuyuti Plakpak Pamekasan tanggal, 26 Februari 2024.

## **B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti menetapkan fokus penelitian pada kepercayaan diri santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak Pamekasan.

1. Apa penyebab Kecemasan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak Pamekasan?
2. Apa saja bentuk-bentuk kecemasan sosial yang mempengaruhi kepercayaan diri santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak Pamekasan?
3. Bagaimana cara mengatasi kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri santri di pondok pesantren ummul quro assuyuti plakpak pamekasan ?
4. Apa dampak kecemasan sosial yang mempengaruhi kepercayaan diri santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak Pamekasan?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Tujuan umum

Tujuan umum yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk menganalisis dampak kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak Pamekasan.

2. Tujuan khusus

Sedangkan tujuan khusus yang hendak dicapai dalam penelitian ini sebagai berikut:



- a. Mengetahui penyebab kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak Pamekasan.
- b. Mengetahui bentuk-bentuk kecemasan sosial yang mempengaruhi kepercayaan diri santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak Pamekasan.
- c. Mengetahui cara mengatasi kecemasab sosial terhadap kepercayaan diri santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuti Plakpak Pamekasan.
- d. Mengetahui dampak kecemasan sosial yang mempengaruhi kepercayaan diri santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak Pamekasan.

#### **D. Kegunaan Penelitian**

Kegunaan dari penelitian ini dapat membantu memahami bagaimana kecemasan sosial berdampak pada kepercayaan diri, memberikan wawasan tentang bagaimana meningkatkan kepercayaan diri yang lebih baik dengan mengurangi rasa kecemasan sosial, dan bagaimana mengurangi kecemasan sosial mereka dapat mempengaruhi hasilnya, dan memahami bentuk-bentuk kecemasan sosial yang berdampak pada kepercayaan diri. Hal ini dapat membantu individu untuk mengenali dan mengelola kecemasan sosial mereka dengan lebih efektif, sehingga dapat meminimalkan dampak negatif dan dapat mengoptimalkan hasilnya.

## **1. Manfaat Teoritis**

### **a. Bagi Institut Agama Islam Negeri Madura (IAIN Madura )**

Kegunaan penelitian ini yaitu untuk dijadikan tambahan informasi dan referensi, sebagaimana untuk perkembangan wawasan bagi siswa dan mahasiswa serta dapat menjadi acuan dalam penelitian-penelitian selanjutnya dalam menangani permasalahan dampak kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri.

### **b. Bagi Prodi BK**

Kegunaan bagi prodi BKPI penelitian ini adalah untuk mampu mengembangkan keilmuan di bidang Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam tentang bagaimana caranya mengatasi masalah yang berkaitan dengan kecemasan sosial dan kepercayaan diri, serta dampak kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuti Plakpak Pamekasan.

### **c. Bagi Peneliti**

Kegunaan peneliti ini yaitu untuk menambah wawasan dan pengalaman tentang bagaimana mengatasi kecemasan sosial agar tidak berdampak pada kepercayaan diri seseorang. Dengan memahami dampak kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri, individu akan dapat mengembangkan strategi keterampilan yang akan membantu mereka mengatasi kecemasan sosial dan memaksimalkan kepercayaan diri.

d. Bagi Peneliti Lainnya

Kegunaan penelitian ini yaitu bisa menjadi bahan yang akan digunakan sebagai acuan dan referensi yang relevan bagi peneliti lainnya. Dalam hal menangani permasalahan mengenai dampak kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri.

**2. Manfaat praktis**

Secara praktis peneliti dapat memberikan manfaat bagi:

a. Bagi Santri / Siswa Sekolah

Penelitian ini berguna untuk memberikan layanan pemahaman terkait dampak kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri, supaya mengurangi rasa kecemasan sosial yang dapat membantu santri atau siswa sekolah untuk lebih percaya diri saat menghadapi tekanan dan kebingungan.

b. Bagi guru BK / Pengurus Keamanan Pondok

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan berharga bagi guru BK/pengurus keamanan pondok dalam membantu santri mengatasi masalah kecemasan sosial dan kepercayaan diri yang lebih baik. Sehingga guru BK/pengurus keamanan pondok bisa dapat memberikan layanan konsultasi dan bimbingan yang efektif dalam membantu santri yang memiliki rasa kecemasan sosial yang berdampak pada kepercayaan diri.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat dijadikan sebagai pedoman

untuk dapat mengembangkan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan dampak kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri.

## **E. Definisi Istilah**

Untuk mempermudah dalam memahami penelitian ini, maka peneliti akan memaparkan definisi dari istilah - istilah yang terdapat dalam judul penelitian, yakni Dampak Kecemasan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Terhadap Santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak Pamekasan. Berdasarkan fokus penelitian diatas, maka uraian definisi istilah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### **1. Kecemasan Sosial**

Kecemasan sosial adalah ketakutan untuk berinteraksi dengan orang lain atau orang banyak dan takut untuk menunjukkan kinerjanya didepan orang lain, selain itu kecemasan sosial memberikan efek negatif bukan hanya untuk diri sendiri tetapi juga pada lingkungan sekitar atau orang lain.

### **2. Kepercayaan Diri Santri**

Kepercayaan diri adalah kemampuan kita dalam meyakinkan diri sendiri bahwa kita mampu dalam melakukan sesuatu, dan sikap positif tentang keyakinan diri sendiri akan kemampuan yang dimilikinya, Namun terkadang manusia memiliki rasa kepercayaan diri yang rendah, sehingga berdampak pada kehidupan sosialnya, tetapi kepercayaan diri yang berlebihan juga tidak baik, karena orang lain akan berpikir mereka adalah orang yang sombong, meskipun

sebenarnya dirinya tidak merasa sombong. Jadi, kecemasan sosial dan kepercayaan diri menjadi dua hal yang sangat berpengaruh dalam kehidupan sosial para santri, terutama dalam proses pendidikan di Pondok Pesantren.

#### **F. Kajian Penelitian Terdahulu**

Dalam Kajian Penelitian Terdahulu, para peneliti telah melakukan penelitian mengenai kecemasan sosial yang terjadi di masyarakat, khususnya yang terjadi di kalangan santri yang sedang menuntut ilmu di Pondok Pesantren. Penelitian dengan judul "*Dampak Kecemasan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak Pamekasan*" serupa pernah dilakukan oleh beberapa peneliti terdahulu, diantaranya sebagai berikut:

Pertama, skripsi yang ditulis oleh *Hamzah Mutahari yang berjudul "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa Kelas Vii Smp Negeri 2 Kalasan Tahun Ajaran 2015-2016"*.<sup>8</sup> Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kalasan sebanyak 123 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik incidental sampling. Alat pengumpul data menggunakan skala kepercayaan diri dan skala kecemasan sosial. Uji validitas instrumen menggunakan korelasi product moment dari Pearson,

---

<sup>8</sup> Hamzah Mutahari, "*The Correlation Between Confidence And Social Anxiety On Vii Grade Students In Smp Negeri 2 Kalasan 2015-2016 School Year*" Vol 5 No 3 Maret 2019, no. Vol 5 No 3 (March 2019), <https://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/view/995>.

sedangkan uji reliabilitas menggunakan Alpha Cronbach. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama-sama difokuskan pada kecemasan sosial dan kepercayaan diri, yang jadi pembeda dari penelitian ini meneliti siswa kelas VII smp sedangkan penelitian yang akan dilakukan meneliti santri, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan pendekatan kualitatif.

Kedua, skripsi yang ditulis oleh Nadya Rizky Salsabila Wardhana, dkk yang berjudul "*Hubungan Kepercayaan Diri Dengan kecemasan Sosial Pada Remaja*".<sup>9</sup> Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dan analisis data menggunakan korelasi Pearson. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 213 remaja dari beberapa daerah di Indonesia, dengan menggunakan Simple Random Sampling. Desain penelitian yang digunakan adalah desain korelasional dengan teknik analisis korelasi Pearson dengan SPSS versi 25. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama-sama difokuskan pada kecemasan sosial dan kepercayaan diri, yang jadi pembeda dari penelitian ini meneliti remaja sedangkan penelitian yang akan dilakukan meneliti santri, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan analisis data menggunakan korelasi Pearson sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan pendekatan kualitatif.

---

<sup>9</sup> Nadya Rizky Salsabila Wardhana, Hudaniah, and Sakinah Nur Rokhmah, "Hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada remaja," *Cognicia* 12, no. 1 (March 29, 2024): 25–30, <https://doi.org/10.22219/cognicia.v12i1.30456>.