

BAB IV

PAPARAN DATA, TEMUAM PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Paparan Data dan Temuan Penelitian

1. Gambaran umum PP. Ummul Quro As-Suyuty Plakpak Pamekasan

a. Sejarah singkat berdirinya PP. Ummul Quro As-Suyuty Plakpak Pamekasan

Sejarah berdirinya Pondok Pesantren Ummul Quro As-Suyuty dimulai pada tanggal 18 Rajab 1403 H/1 Mei 1983 M. KH Sayuty Muchtar mewakafkan tanah beliau untuk didirikan pondok pesantren. Maka pada tanggal 10 Syawal 1406 H/18 Juni 1986 M didirikanlah Pondok Pesantren Ummul Quro As-Suyuty secara resmi di atas tanah seluas 2,5 ha yang sebagian besar merupakan dari KH. Sayuty Muchtar. Dengan demikian, nama beliau diabadikan dalam pondok pesantren sebagai penisbatan dari pencetus awalberdirinya Pondok Pesantren yaitu KH. Sayuty Muchtar menjadi Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty.¹

Ummul Quro adalah julukan kota suci Mekkah Al-Mukarramah Saudi Arabia. Dan penggerak atau pendiri pondok pesantren yaitu KH. Lailurrahmah, Lc. Dimana beliau merupakan alumni atau tamatan dari Ummul Quro University, maka untuk mengenang almamater beliau diambillah nama Ummul Quro.²

Untuk Madrasah Ummul Quro At-Tarbawiyah adalah madrasah

¹ Observasi di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak pada tanggal 23 April 2024.

² Ibid

yang berada di naungan pondok pesantren Ummul Quro As-Suyuty, diresmikannya Pondok Pesantren Ummul Quro At-Tarbawiyah ini juga bersamaan dengan diresmikannya Pondok Pesantren Ummul Quro As-Suyuty, yaitu pada tanggal 10 Syawal 1406 H/18 Juni 1986 M.³

b. Profil PP. Ummul Quro As-Suyuty

| | |
|--------------------------|--|
| Nama Pondok | : Pondok pesantren Ummul Quro Assuyuty |
| Alamat | : Plakpak Pamekasan Madura |
| No. Telpon | : 0324-324588 |
| No. Hp | : 0818 0780 8123 |
| Faximal | : 0324-328484 |
| Kode Pos | : 63901 |
| E-Mail | : ponusty@yahoo.com |
| Tahun Berdiri | : 1986 M |
| Pendiri | : Badan Wakaf |
| Kurikulum yang digunakan | : KMI/TMI ⁴ |

c. Visi, misi, motto dan lima prinsip dasar Pendidikan PP. Ummul Quro As-Suyuty.

1) Visi pesantren

Visi PP. Ummul Quro As-Suyuty, berpijak pada pentingnya

³ Ibid

⁴ Ibid

pendidikan dan pengajaran untuk menuju kepada pembentukan ummat yang berakhlak luhur, berilmu luas, yang mampu menjawab tantangan demi meningkatkan kesejahteraan lahir dan batin, serta siap berpartisipasi aktif dalam proses pembangunan bangsa Indonesia.⁵

2) Misi pesantren

- a) Mencetak generasi muda menjadi penerus bangsa, negara, agama yang berkepribadian mu'min.
- b) Bertakwa kepada Allah SWT.
- c) Berfaham Ahlu Sunnah wal Jama'ah.⁶

3) Motto pesantren

- a) Berakhlak Mulia
- b) Berbadan Sehat
- c) Berilmu Luas
- d) Berfahm Ahlu Sunnah wal Jama'ah⁷

4) Lima prinsip dasar Pendidikan (LPDP) pesantren

- a) Ikhlas
- b) Rajin
- c) Tawakal

⁵ Ibid

⁶ Ibid

⁷ Ibid

d) Sabar

e) Istiqomah⁸

2. Penyebab Kecemasan Sosial terhadap Kepercayaan Diri Santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak Pamekasan

Untuk mengetahui kecemasan sosial santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak, maka peneliti mewawancarai Ustad Ifan Maulana dan Ustad Muhammad Maulidi selaku guru pengajar yang bermukim di pondok tersebut. Berkaitan dengan poin ini, Ustad Muhammad Maulidi menjelaskan: (lihat lampiran 4.1)

Kalau yang saya amati dari santri di sini, kecemasan sosialnya saat diminta untuk tampil muhadharah atau acara besar seperti pekan perkenalan itu. Jadi dari saking takutnya, kadang santri ada yang pura-pura sakit, pulang dari pondok, bahkan juga ada yang pergi dari pondok.⁹

Dari hasil wawancara diatas dapat diperjelas bahwasannya kecemasan social yang kerap dialami oleh para santri yaitu pada saat diminta untuk tampil diatas panggung seperti pada acara muhadharah atau acara besar lainnya, sehingga santri mencari alasan supaya tidak diminta untuk tampil didepan umum seperti pura-pura sakit sampai ada juga yang pergi dari pondok.

Selanjutnya peneliti juga melakukan wawancara dengan Ustad Ifan Maulana beliau juga memberikan penjelasan serupa: (lihat lampiran 4.2)

Kebanyakan santri baru, karena mereka gak biasa tampil di tempat umum, apalagi kalau diwajibkan pakai bahasa Arab dan Inggris setiap hari, sampai gak mau ngomong sama sekali. Dari saking takutnya kadang ya sering kabur dari pondok ada yang sampai gak

⁸ Ibid

⁹ Ustad Muhammad Maulidi, Guru di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

ketemu, bahkan ada yang sampai berhenti mondok. Mungkin karena takutnya tampil itu.¹⁰

Berdasarkan hasil wawancara di atas, peneliti memahami bahwa santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak banyak yang mengalami kecemasan, utamanya saat menjadi santri baru atau ketika diminta tampil di muka umum.

Untuk mengetahui rasa tidak percaya diri pada santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak, maka peneliti mewawancarai Ustad Ifan Maulana dan Ustad Muhammad Maulidi selaku guru pengajar yang bermukim di pondok tersebut. Berkaitan dengan poin ini, Ustad Muhammad Maulidi menjelaskan: (lihat lampiran 4.1)

Rasa tidak percaya diri ya pasti sering ada mas, ada yang tidak percaya diri sama kemampuan mereka sendiri, ada yang karena fisiknya. Mereka itu kayak gak yakin dengan kemampuannya, padahal sebenarnya mereka bisa. Misalnya kayak disuruh tampil di muhadlarah, dari awal takut terus, tapi ketikia kita paksa dan ustad melatih mereka, akhirnya mereka bisa.¹¹

Dari penjelasan diatas dapat diperjelas bahwasannya para santri sering merasa tidak percaya diri dikarenakan mereka tidak percaya diri dengan kemampuan yang mereka miliki. Serupa dengan penjelesaian diatas peneliti juga melakukan sesi wawancara dengan Ustad Ifan Maulana yang menjelaskan: (lihat lampiran 4.2)

Rasa gak PD buat mereka karena kurang dibiasakan saja sebenarnya, nanti kalau lama kelamaan bakalan ketagihan untuk tampil di muka umum. Soalnya santri sini gak PD cuam di tahun pertama atau tahun kedua mondok aja. Kalau udah lama mondok

¹⁰ Ustad Ifan Maulana, Guru di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

¹¹ Ustad Muhammad Maulidi, Guru di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

pasti PD sendiri untuk tampil, pakai bahasa Arab, negerjakan tugas terjemah kitab besar. Saya yakin santri di sini pasti bisa.¹²

Dari hasil wawancara diatas dapat diperjelas bahwa banyak santri yang merasa tidak percaya diri dikarenakan mereka kurang membiasakan diri dengan lingkungan sekitar sehingga mereka masih merasa canggung.

Selain sesi wawancara dengan beberapa ustad, peneliti juga melakukan wawancara dengan beberapa santri tujuannya untuk mengetahui penyebab kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak, maka peneliti melakukan wawancara bersama tiga santri di Pondok Ummul Quro Assuyuty Plakpak Pamekasan disertai observasi di lapangan. Menurut Muhammad Maulidi selaku ketua pengurus Pondok Ummul Quro Assuyuty Plakpak mengungkapkan: (lihat lampiran 4.1)

Kalau menurut saya, berdasarkan pengalaman saya ya kak saya itu merasakan gak percaya diri itu hanya saat awal mondok disini, soalnya mondok itu banyak tekanan kak, dari peraturan yang berat, teman-teman yang gak sesuai dengan diri kita, bahkan banyak teman yang tidak saya sukai kak, kayak teman yang jorok gitu. Ya mungkin sebabnya karena lingkungan pondok jauh beda dengan rumah, lebih ketat dan kayak terkekang. Ngerasa capek juga sama keadaan, banyak hafalan, harus tampil di depan umum terus, jadi kayak sering menyendiri gitu kak, soalnya bener-bener gak percaya diri pas awal-awal mondok, ngerasa paling bodoh juga, soalnya santri yang lain bisa pakai Bahasa Arab dan Inggris.¹³

Berdasarkan hasil wawancara di atas, peneliti memahami bahwa penyebab kecemasan yang dialami oleh Muhammad Maulidi selaku ketua pengurus Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty dapat dipahami bahwa

¹² Ustad Ifan Maulana, Guru di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

¹³ Ustad Maulidi, Guru di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

penyebab kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty disebabkan oleh perasaan santri yang merasa adanya perbedaan yang jauh antara lingkungan rumah dan pesantren dan perbedaan tersebut sangat signifikan. Selain hal tersebut, penyebab selanjutnya adalah adanya peraturan pesantren yang sangat ketat dan banyaknya hafalan, sehingga santri merasa kemampuannya paling rendah di antara yang lain.

Selanjutnya peneliti mewawancarai Ilham Maulana yang merupakan santri Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty dengan pertanyaan yang sama, ia menjelaskan: (lihat lampiran 4.3)

Kalau gak percaya diri di sini jangan di tanya kak, apalagi kalau sudah kelas lima, saya banyak ujian, terjemah kitab-kitab besar, tugas dari pondok sangat banyak, ditambah lagi teman-teman gak ada yang mau bantu terjemah kitab, justru saya dijauhin. Saya bukan cemas lagi kak, lebih ke stress juga. Saya pernah kabur dari pondok sampai ke masjid sebelah pasar Blumbungan itu, menyendiri di sana, bahkan saya tidur di sana sendirian buat menenangkan diri, ngerasa gak mampu kak dan gak yakin kalau saya bisa ngerjakan tugas berat itu.¹⁴

Dari hasil penelitian di atas, dapat dipahami bahwa penyebab kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri santri disebabkan karena banyaknya ujian dan tugas terjemah kitab-kitab besar dan dijauhi teman, sehingga santri tersebut kabur dari pondok hingga menyendiri di tempat lain karena merasa tidak mampu dan tidak yakin bahwa diri mereka bisa menyelesaikan tugas tersebut.

Kemudian peneliti mewawancarai Zidan Yahya Benzema yang merupakan santri Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty. Berkaitan

¹⁴ Ilham Maulana, Santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

dengan penyebab kecemasan sosial santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty, ia menjelaskan: (lihat lampiran 4.4)

Saya gak percaya diri karena program di pondok sini kak, saya harus pidato tampil ini, itu, banyak hal. Saya sering digundul disini, nelanggar sedikit dibotak. Makanya saya sering gak percaya diri, persyaratan untuk tampil di muka umum ketat, kalau gak hafal dihukum, ngerasa gak percaya diri banget kak buat tampil.¹⁵

Hal tersebut sepadan dengan ungkapan Moh. Nuriz yang merupakan santri Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty. Berkaitan dengan penyebab kecemasan sosial santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty, ia menjelaskan: (lihat lampiran 4.5)

Banyak kak yang bikin saya gak percaya diri, seperti banyaknya hafalan, terus harus tampil maksimal saat tampil didepan panggung, sedangkan ngafalannya sulit.¹⁶

Berdasarkan hasil wawancara di atas, dapat dipahami bahwa penyebab kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri disebabkan karena banyaknya peraturan dan hukuman yang sangat ketat terhadap penampilan santri. Selain itu juga disebabkan karena banyaknya hafalan dan perlakuan pengurus yang sangat ketat menjaga peraturan pesantren.

Hal di atas sepadan dengan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti bahwa santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty terkadang mengalami kecemasan sosial. Peneliti mengamati hal tersebut saat acara Muhadlarah mingguan, terdapat santri yang tidak percaya diri untuk tampil dan memilih untuk pulang dari pesantren, sehingga ketika namanya

¹⁵ Zidan Yahya Benzema, Santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

¹⁶ Moh. Nuriz, Santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

dipanggil untuk berpidato, pengurus dan ustad tidak menemukan santri tersebut.¹⁷

3. Bentuk-bentuk kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuti Plakpak Pamekasan

Di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuti Plakpak juga masih banyak ditemui santri yang memiliki masalah kecemasan sosial dimana permasalahan tersebut berpengaruh terhadap kepercayaan diri Pesantren Ummul Quro Assuyuti Plakpak. Bentuk-bentuk keemasannya-pun beragam oleh karena itu peneliti melakukan sesi wawancara dengan pengasuh, ustad, dan pengurus yang bertujuan untuk memperoleh data. Yang pertama peneliti melakukan sesi wawancara dengan Ustadz Ifan Maulana menjelaskan: (lihat lampiran 4.2)

Santri baru kalau disuruh tampil ciri-cirinya ya gemeteran mas, mungkin karena takut untuk tampil. Tapi ada juga yang langsung kabur. Saya lihatnya pas di acara muhadlarah atau acara tahunan pondok.¹⁸

Muhammad Maulidi selaku Ketua Pengurus Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuti Plakpak Pamekasan juga menjelaskan: (lihat lampiran 4.1)

Ada santri yang kuper disini, mungkin karena dia introvert. Saya lihat tiap harinya menyendiri terus, kurang bergaul. Kalau disuruh tampil pidato gugup, kadang gak ngafalin, kadang juga kabur dari pondok.¹⁹

¹⁷ Observasi di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak pada tanggal 23 April 2024.

¹⁸ Ustad Ifan Maulana, Guru di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

¹⁹ Muhammad Maulidi, Ketua Pengurus di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

Berdasarkan hasil wawancara di atas, peneliti memahami bahwa gejala kecemasan sosial yang ditunjukkan oleh santri Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuti Plakpak Pamekasan bisa dilihat saat acara Muhadlarah atau menjelang acara tersebut. Gejalanya berupa minder atau tidak percaya diri, gemetar, bahkan juga ada yang menghindar atau pulang dari pesantren tanpa prosedur perizinan.

Hal di atas sesuai dengan hasil observasi peneliti yang melihat secara langsung santri baru yang tampil gemetar saat berpidato pada acara Muhadlarah, bahkan juga ada yang pulang tanpa izin saat menjadi petugas.²⁰

4. Cara mengatasi kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri santri di pondok pesantren ummul quro assuyuti plakpak pamekasan

Pondok Pesantren Pesantren Ummul Quro As-Suyuty Plakpak juga memiliki strategi dalam mengatasi hal tersebut, strategi dari pihak pondok Pondok Pesantren Pesantren Ummul Quro As-Suyuty Plakpak dalam mengatasi kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri santri

Berkaitan dengan strategi pihak pondok Pondok Pesantren Pesantren Ummul Quro As-Suyuty Plakpak dalam mengatasi kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri santri, Ustadz Ifan Maulana menjelaskan: (lihat lampiran 4.2)

Ya dibimbing terus, dilatih, dan diikuti lomba-lomba juga, baik lomba kabupaten, provinsi, dan tingkat Nasional. Programnya juga Muhadlarah, bimbingan intensif, dan acara tahunan pesantren.²¹

²⁰ Observasi di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak pada tanggal 23 April 2024.

²¹ Ustadz Ifan Maulana, Guru di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

Muhammad Maulidi yang merupakan Ketua Pengurus pondok Pondok Pesantren Ummul Quro As-Suyuty Plakpak menjelaskan: (lihat lampiran 4.1)

Intinya dikembangkan terus kemampuan mereka, sampai mereka percaya diri dan tidak jadi penakut. Untuk programnya ya hampir sama seperti pondok lain, ada bimbingan khusus, mingguan dan tahunan untuk tampil di acara umum.²²

Berdasarkan hasil wawancara di atas, peneliti memahami bahwa pihak Pondok Pesantren Ummul Quro As-Suyuty Plakpak selalu berusaha mengembangkan rasa percaya diri mereka melalui latihan-latihan dan berbagai program, seperti mengikuti even lomba, muhadlarah, dan program khusus untuk kreativitas santri. Hal itu termasuk pada interaksi sosial yang sulit dihadapi oleh santri.

Peneliti juga mewawancarai wali santri di Pondok Pesantren Ummul Quro As-Suyuty Plakpak mengenai perasaan wali santri terhadap perubahan anaknya setelah mondok di Pondok Pesantren Ummul Quro As-Suyuty Plakpak. Bapak Ahmad Zubairi mengungkapkan:

Namanya juga anak mondok, pasti ada perubahan. Mereka kadang curhat keadaan di pondok, jadi suka ngeluh karena capek, kadang ngeluh karena takut, dan sebagainya. Agak khawatir kalau anak sudah ngeluh.²³

Selanjutnya Bapak Abdul Wahhab juga mengungkapkan:

Anak saya cuma jadi pendiam, kalau di rumah cerewet, gak tau kenapa kalau di pondok jadi pendiam. Apa memang lingkungan

²² Muhammad Maulidi, Ketua Pengurus di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

²³ Ahmad Zubairi, Wali santri di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (25 April 2024).

yang membuat dia jadi pendiam. Tapi sering minta kirim ke pondok. Tapi bagi saya, saya rasa itu biasa saja.²⁴

Bapak Syafii selaku wali santri Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak juga mengungkapkan:

Rasanya ya sama saja, Cuma bedanya kalau di pondok sikapnya lebih halus, mungkin karena didikan pesantren. Perasaan saya senang dengan perubahan itu.²⁵

Berdasarkan hasil wawancara di atas, peneliti memahami bahwa terkadang santri bersikap pendiam dan mengeluh ketika menjadi santri, namun wali santri tetap merasa hal itu lumrah dialami oleh semua santri.

Untuk mendapatkan data yang lebih akurat lagi peneliti mewawancarai tiga orang santri mengenai cara mereka beradaptasi di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak. Ilham Maulana yang merupakan santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak mengungkapkan: (lihat lampiran 4.3)

Diem aja kak, ngikutin perintah, kalau perintah pengurus kayak gini, ya ngikut. Namanya juga menyesuaikan. Tapi kalau udah capek, ya kabur dari pondok.²⁶

Selanjutnya, Zidan Yahya Benzema juga menjelaskan: (lihat lampiran 4.4)

Kenalan, adaptasi sama teman pondok, ngobrol, belajar bareng, tapi kita kan manusia, adakalanya punya masalah. Proses

²⁴ Abdul Wahhab, Wali santri di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (25 April 2024).

²⁵ Ahmad Syafii, Wali santri di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (25 April 2024).

²⁶ Ilham Maulana, Santri di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

menyesuaikan diri itu sulit kak, jadi kadang adakalanya menyendiri untuk merenung.²⁷

Moh. Nuriz yang juga santri di Pondok Pesantren Ummul Quro

Assuyuty Plakpak mengungkapkan: (lihat lampiran 4.5)

Menyesuaikan aja kak sama yang ada di pondok, kalau mau berontak masih malu, walaupun pondok itu gak sesuai dengan keinginan saya. Tapi ngikut temen-temen.²⁸

Berdasarkan hasil wawancara di atas, peneliti memahami bahwa cara santri beradaptasi di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty yaitu dengan cara mengikuti perintah pengasuh dan pengurus pesantren, bergaul dengan sesama teman.

Pada poin ini peneliti juga mewawancarai tiga orang santri mengenai cara mereka beradaptasi di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak. Ilham Maulana yang merupakan santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak mengungkapkan: (lihat lampiran 4.3)

Cara saya mengatur perasaan kalau lagi cemas cuma bisa curhat ke orang tua kak, soalnya kalau curhat ke teman pondok di sini kadang bocor misalnya diceritain ke teman-teman lain.²⁹

Selanjutnya, Zidan Yahya Benzema juga menjelaskan: (lihat lampiran 4.4)

Bisanya cuma menyendiri kak, gak tau mau ngapain, habisnya ngerasa udah capek banget kak.³⁰

²⁷ Zidan Yahya Benzema, Santri di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

²⁸ Moh. Nuriz, Santri di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

²⁹ Ilham Maulana, Santri di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

³⁰ Zidan Yahya Benzema, Santri di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

Moh. Nuriz yang juga santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak mengungkapkan: (lihat lampiran 4.5)

Pulang kak, walaupun resikonya nanti saya dihukum, tapi kalau nyampek rumah saya sudah tidak cemas lagi, tenang sudah.³¹

Berdasarkan hasil wawancara di atas, peneliti memahami bahwa cara santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak mengatur perasaan saat merasakan kecemasan dilakukan dengan cara curhat kepada orang tua, menyendiri, atau pulang ke rumah walaupun resikonya harus mendapat hukuman dari pesantren.

Peneliti juga mewawancarai tiga orang santri mengenai cara santri menumbuhkan sikap optimis di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak. Ilham Maulana yang merupakan santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak mengungkapkan: (lihat lampiran 4.3)

Kalau mau menumbuhkan sikap optimis itu kak memang agak sulit, tapi kalau minta pendapat dan dukungan orang tua saya mungkin bisa optimis kak.³²

Selanjutnya, Zidan Yahya Benzema juga menjelaskan: (lihat lampiran 4.4)

Apa ya kak? Gak tau sih, tapi motivasi pengasuh dan ustad bisa buat saya optimis.³³

Moh. Nuriz yang juga santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak mengungkapkan: (lihat lampiran 4.5)

³¹ Moh. Nuriz, Santri di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

³² Ilham Maulana, Santri di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

³³ Zidan Yahya Benzema, Santri di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

Sikap optimis saya kak bisa muncul kalau ada yang mampu membuat saya maju, entah itu dari orang tua, ustad, atau teman-teman.³⁴

Berdasarkan hasil wawancara di atas, dapat dipahami bahwa sikap optimis santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak dapat muncul jika santri diberikan motivasi, arahan, atau nasihat dari orang tua, teman, ustad, bahkan dari pengasuh.

Selain itu juga peneliti mewawancarai wali santri di Pondok Pesantren Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak mengenai perasaan wali santri terhadap perubahan anaknya setelah mondok di Pondok Pesantren Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak. Bapak Ahmad Zubairi mengungkapkan:

Kalau pas waktu kunjungan selalu saya berikan nasihat baik, saya kasih semangat untuk belajar, bahkan di rumah juga begitu.³⁵

Selanjutnya Bapak Abdul Wahhab juga mengungkapkan:

Saya suruh duduk anak saya di samping saya, ya terus saya kasih nasihat biar mereka percaya diri.³⁶

Bapak Syafii selaku wali santri Pondok Pesantren Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak juga mengungkapkan:

Ya cuma dikasih tahu saja, entah kalau waktu liburan pondok di rumah, kadang juga kalau saya ke pondok.³⁷

³⁴ Moh. Nuriz, Santri di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

³⁵ Ahmad Zubairi, Wali Santri di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (25 April 2024).

³⁶ Abdul Wahhab, Wali Santri di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (25 April 2024).

³⁷ Syafii, Wali Santri di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (25 April 2024).

Berdasarkan hasil wawancara di atas, peneliti memahami bahwa wali santri sudah berusaha semaksimal mungkin menasihati anaknya yang mondok di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak untuk lebih percaya diri. Nasihat itu diberikan saat mengunjungi anaknya di pondok dan saat berada di rumah atau liburan pondok.

Dilihat dari hasil observasi peneliti, Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty selalu melatih kemampuan santri agar selalu percaya diri. Mereka dilatih langsung oleh Ustad dengan bimbingan yang khusus dan di ruangan khusus. Wali santri dan pengasuh juga memberi dukungan secara langsung kepada santri. Bedanya, kalau pengasuh memberikan motivasi saat memberikan sambutan, sedangkan wali santri memberikan dukungan saat waktu berkunjung dan di rumah.³⁸

5. Dampak kecemasan sosial yang mempengaruhi kepercayaan diri santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak Pamekasan

Rasa percaya diri ternyata mempengaruhi tindakan santri. Hal ini dibuktikan melalui ungkapan tiga santri Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak. Ilham Maulana mengungkapkan: (lihat lampiran 4.3)

Ada pengaruhnya sih kak, ya kalau gak percaya diri bikin perasaan kita gelisah, takut, dan kayak pengen ngehindar aja dari pondok. Sempat pengen berhenti, tapi gak dikasih.³⁹

Zidan yahya benzema juga menjelaskan: (lihat lampiran 4.4)

Kalau saya lagi gak PD, ya diem aja kak, males aja ya walaupun ini itu sama pengurus, mungkin itu efek gak PD kak.⁴⁰

³⁸ Observasi di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak pada tanggal 23 April 2024.

³⁹ Ilham Maulana, Santri di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

Moh. Nuriz juga mengungkapkan: (lihat lampiran 4.5)

Bikin saya gak mau tampil kalau lagi gak PD. Apalagi kalau lagi gak hafal teks, duh, mending saya pulang dari pondok.⁴¹

Berdasarkan hasil wawancara di atas, penulis memahami bahwa dampak kecemasan sosial dan kepercayaan diri santri dapat berpengaruh pada perilaku santri. Mereka menjadi takut, gemetar, bahkan melarikan diri dari pesantren untuk menghindari dari aktivitas tertentu. Sepadan dengan hasil observasi, dampak dari cemas dan tidak percaya diri membuat santri gemetar dan melarikan diri dari pesantren.

B. Pembahasan

Untuk membahas penelitian ini lebih lanjut, maka selanjutnya peneliti akan membahas temuan penelitian di atas disertai teori yang peneliti dapatkan sebagaimana berikut:

1. Penyebab Kecemasan Sosial terhadap Kepercayaan Diri Santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak Pamekasan

Secara umum diketahui bahwa kecemasan sosial adalah jenis kecemasan yang dialami oleh seseorang ketika berada di perkumpulan atau kerumunan orang. Secara alamiah manusia merupakan makhluk sosial, yang akan berinteraksi dengan orang lain yaitu fungsi sosial yang bersifat alamiah dan tidak terelakkan. Ketika berinteraksi dengan orang lain individu mengalami perasaan yang tidak nyaman maka ialah kondisi yang

⁴⁰ Zidan Yahya Benzema, Santri di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

⁴¹ Moh. Nuriz, Santri di Pondok Pesantren ummul Quro Assuyuty Plakpak, *Wawancara Langsung* (23 April 2024).

sulit bagi individu. Kondisi seperti inilah yang dihadapi individu yang mengalami kecemasan sosial.⁴²

Berdasarkan definisi di atas, santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak banyak yang mengalami kecemasan, utamanya saat menjadi santri baru atau ketika diminta tampil di muka umum. Adapun santri yang merasa tidak percaya diri diantaranya adalah santri yang tidak percaya diri terhadap kemampuan mereka sendiri, ada yang karena fisiknya. Santri tidak yakin dengan kemampuannya, padahal sebenarnya mereka bisa.

Sebagaimana ungkapan Dwi Wahyu Kristanti, kecemasan pada hubungan sosial kemungkinan terjadi karena kurangnya kepercayaan diri dalam menjalin hubungan sosial. Kecemasan sosial merupakan jenis gangguan kecemasan yang mengakibatkan seseorang merasakan ketakutan dan rasa tidak aman ketika berada di lingkungan orang banyak.⁴³ Dari hal tersebut, sangat jelas bahwa santri Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak kurang menjalin hubungan sosial, sehingga kepercayaan diri mereka kurang saat harus berhadapan dengan orang banyak.

Adapun penyebab kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri santri tersebut disebabkan karena banyaknya ujian dan tugas terjemah kitab-kitab besar dan dijauhi teman, sehingga santri tersebut kabur dari pondok hingga

⁴² 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>

⁴³ Devi Wahyu Kristanti, "Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Di SMAN 1 Purwodadi," *Universitas Islam Sultan Agung*, January 2022, 57, <https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/kimuhum/index>.

menyendiri di tempat lain karena merasa tidak mampu dan tidak yakin bahwa diri mereka bisa menyelesaikan tugas tersebut. Selain itu juga saat tidak hafal materi untuk tampil pada acara muhadlarah. Hal ini sepadan dengan yang diungkapkan oleh Dwi Wahyu Kristanti bahwa setiap individu sesekali tentu pernah merasakan kecemasan saat bertemu orang lain maupun desakan yang memaksa individu tersebut.⁴⁴

2. Bentuk-bentuk kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuti plakpak pamekasan

Gejala kecemasan sosial yang ditunjukkan oleh santri Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuti Plakpak Pamekasan bisa dilihat saat acara Muhadlarah atau menjelang acara tersebut. Berdasarkan hasil wawancara di atas, peneliti memahami bahwa pihak Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuti Plakpak selalu berusaha mengembangkan rasa percaya diri mereka melalui latihan-latihan dan berbagai program, seperti mengikuti even lomba, muhadlarah, dan program khusus untuk kreativitas santri. Hal itu termasuk pada interaksi sosial yang sulit dihadapi oleh santri. Seperti yang diungkapkan oleh Walgito, "interaksi sosial adalah suatu hubungan antara satu individu atau lebih, dimana perilaku individu yang satu mempengaruhi, mengubah atau memperbaiki perilaku individu yang lain dan sebaliknya atau tercipta hubungan timbal balik".⁴⁵

Gejala yang timbul berupa minder atau tidak percaya diri, gemetar, bahkan juga ada yang menghindar atau pulang dari pesantren tanpa prosedur perizinan. Seperti yang diungkapkan Diana Ariswanti, "yang

⁴⁴ Ibid.

⁴⁵ Walgito, *Psikologi Sosial: Suatu Pengantar* (Yogyakarta: Andi Offset, 2007), 65.

dimaksud dengan kurangnya rasa percaya diri dalam penelitian ini dapat diartikan keinginan menutup diri, selain karena konsep diri yang negatif timbul dari kurangnya kepercayaan kepada kemampuan sendiri. Seorang yang kurang percaya diri akan cenderung sedapat mungkin menghindari situasi komunikasi. Dalam hal ini yang akan diungkap dalam kasus ini adalah seorang siswa yang mempunyai sikap yang berbeda dengan yang lain di kelasnya, yakni sering diam, sering menghela napas panjang, nampak mau menang sendiri, prestasi menurun dan terlihat ketakutan".⁴⁶

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang ditemukan, gejala kecemasan sosial yang dialami oleh santri Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuti Plakpak Pamekasan sesuai dengan gejala kecemasan sosial yang diungkapkan oleh Nia Oktapiani yang mengungkapkan bahwa gejala fisik orang yang mengalami kecemasan sosial diantaranya adalah gemetar dan gejala behavioralnya adalah selalu menghindar, seperti melarikan diri dari pesantren.⁴⁷

3. Cara mengatasi kecemasan sosial terhadap kepercayaan diri santri di pondok pesantren ummul quro assuyuti plakpak pamekasan

Berdasarkan hasil wawancara di atas, peneliti memahami bahwa wali santri sudah berusaha semaksimal mungkin menasihati anaknya yang mondok di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak untuk lebih percaya diri. Nasihat itu diberikan saat mengunjungi anaknya di pondok dan

⁴⁶ Diana Ariswanti Triningtyas, "Studi Kasus Tentang Rasa Percaya Diri, Faktor Penyebabnya Dan Upaya Memperbaiki Dengan Menggunakan Konseling Individual," *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 3, no. 1 (November 15, 2016), <https://doi.org/10.25273/counsellia.v3i1.239>.

⁴⁷ Nia Oktapiani, "Gangguan Kecemasan Sosial Dengan Menggunakan Pendekatan Rasional Emotif Terapi" 1, no. 6: 227. <https://doi.org/10.22460/fokus.v1i6.3024>.

saat berada di rumah atau liburan pondok. Orang tua dan pihak pondok berharap dengan nasehat tersebut dapat membuat anak menjadi semangat untuk meningkatkan kualitas dirinya. Seperti yang dikatakan oleh Dessy Andiwijaya, dkk, ada beberapa cara untuk meningkatkan rasa percaya diri, seperti; meningkatkan konsep diri, konsep diri merupakan pandangan dan sifat individu terhadap diri sendiri, meningkatkan kemampuan untuk berinteraksi sosial, meningkatkan kemampuan diri.⁴⁸

Pihak Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty selalu melatih kemampuan santri agar selalu percaya diri. Mereka dilatih langsung oleh Ustad dengan bimbingan yang khusus dan di ruangan khusus. Seperti yang diungkapkan oleh Alberti dan Emmons di dalam jurnal yang ditulis oleh Kurnia Rizki, dkk, latihan asertif adalah latihan keterampilan yang dapat membantu seseorang berperilaku asertif, dimana perilaku asertif merupakan perilaku antar perorangan atau interpersonal yang melibatkan aspek kejujuran dan keterbukaan pikiran dan perasaan.⁴⁹ Wali santri dan pengasuh juga memberi dukungan secara langsung kepada santri. Bedanya, kalau pengasuh memberikan motivasi saat memberikan sambutan, sedangkan wali santri memberikan dukungan saat waktu berkunjung dan di rumah.

Selain hal di atas, sebenarnya ada beberapa cara untuk mengatasi kecemasan sosial secara psikologis santri. Lailatul Muarofah mengungkapkan bahwa melakukan evaluasi diri dapat membantu diri

⁴⁸ Dessy Andiwijaya and Franky Liauw, "Pusat Pengembangan Kepercayaan Diri," *Jurnal Sains, Teknologi, Urban, Perancangan, Arsitektur (Stupa)* 1, no. 2 (January 26, 2020): 1695, <https://doi.org/10.24912/stupa.v1i2.4487>.

⁴⁹ Kurnia Rizki, *Pelatihan Asertivitas Terhadap Penurunan Kecemasan Sosial Pada Siswa Korban Bullying*, Vol. 03, No.02, <https://doi.org/10.22219/jipt.v3i2.3529>

menentukan apakah mereka memiliki kondisi yang buruk dan mengatasi kecemasan social dengan berbagai cara yang dapat dilakukan individu. Menurut psikologi, belajar berpikir positif juga merupakan langkah penting dalam mengatasi kecemasan. Kecemasan mengarah pada banyak hal dan pikiran negatif, jadi sangat penting untuk mencoba berpikir positif. Berpikir positif berpengaruh baik terhadap upaya mengatasi rasa cemas dan menghilangkan rasa takut yang berlebihan. Terakhir, yaitu belajar menerima keadaan adalah bagian terpenting dalam mengelola kecemasan sosial seseorang. Menerima segala situasi yang ada merupakan salah satu cara yang dapat mengatasi kecemasan sosial.⁵⁰

4. Dampak kecemasan sosial yang mempengaruhi kepercayaan diri santri di Pondok Pesantren Ummul Quro Assuyuty Plakpak Pamekasan

Dampak kecemasan sosial dan percaya diri santri dapat berpengaruh pada perilaku santri. Mereka menjadi takut, gemetar, bahkan melarikan diri dari pesantren untuk menghindari dari aktivitas tertentu. Sepadan dengan hasil observasi, dampak dari cemas dan tidak percaya diri membuat santri gemetar dan melarikan diri dari pesantren. Gejala fisik seperti; tangan berkeringat, jantung berdebar, gemetaran, tidak nafsu makan, susah tidur, dsb.

Dampak kecemasan sosial memberikan pengaruh khusus pada perilaku santri. Seperti yang diungkapkan Devi, kecemasan sosial membuat individu merasa tidak nyaman saat berinteraksi dengan orang baru ataupun

⁵⁰ (Lailatul Muarofah Hanim & Sa'adatul Ahlas, 2020)

banyak orang dan baginya akan menimbulkan rasa khawatir mendapat penilaian buruk atau menjadi perhatian pusat sehingga membuat individu menghindari dari lingkungan sosial.⁵¹ La Greca dan Lopez juga mengungkapkan bahwa penghindaran sosial dan tertekan terhadap lingkungan sosial yang baru juga bisa menjadi aspek kecemasan sosial. Ketika individu merasa malu pada saat dekat dengan orang lain dan gugup pada saat bertemu dengan orang yang baru dikenal. Selain itu, individu juga akan merasa khawatir saat mengerjakan sesuatu yang baru di depan orang lain. Hal ini membuat individu yang merasakannya akan menghindari situasi sosial tersebut.⁵²

⁵¹ Devi Wahyu Kristanti, "Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Di SMA N 1 Purwodadi," *Universitas Islam Sultan Agung*, January 2022, 57, <https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/kimuhum/index>.

⁵² Annette M. La Greca and Nadja Lopez, "Social Anxiety Among Adolescents: Linkages with Peer Relations and Friendships," *Journal of Abnormal Child Psychology* 26, no. 2 (1998): 99, <https://doi.org/10.1023/A:1022684520514>.