

BAB V

DISKUSI HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Langitan Tuban dan Darul Istiqomah. Data dalam penelitian ini dilakukan pada mulai bulan Maret 2023 – Mei 2023. Guru dan Santri yang menjadi informan juga sudah melalui proses persetujuan. Sumber data pada penelitian ini menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi.

Penelitian mengenai coping stres sudah pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Diah Rahayu (2020) dengan *Strategi Coping Sebagai Mediator Pengaruh Optimisme dan Dukungan Sosial Terhadap Posttraumatic Growth Pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah* dan oleh Aisyatin Kamila (2020) dengan judul *Strategi coping Stress Mahasiswa S3 UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*. Perbedaan riset yang peneliti lakukan terletak pada informannya yaitu santri di pondok pesantren dengan kriteria usia 16 – 18 tahun. Pada penelitian ini mencari strategi coping untuk mengurangi stress i penghafal kitab *Alfiyah ibnu Malik*.

Penelitian ini dilakukan dengan lokasi, kriteria informan, dan metode yang berbeda, dimana lokasi penelitian dilakukan di Pondok Pesantren Langitan dan Darul Istiqomah, dengan metode kualitatif menggunakan pendekatan fenomenologi deskriptif, prosedur analisis dan interpretasi datanya menggunakan tahapan analisis Amadeo Giorgi, serta keabsahan datanya pun berbeda yaitu menggunakan triangulasi metode. Selain itu sejauh ini belum ada penelitian yang mencari strategi coping untuk mengurangi stress pada santri penghafal kitab

Alfiyah ibnu Malik dan di Pondok Pesantren Langitan Widang Tuban dan Pondok Pesantren Darul Istiqomah Kepohbaru Bojonegoro

5.1 Konsep Stress Santri Penghafal Kitab Kitab Alfiyah Ibnu Malik di Pondok Pesantren Langitan Widang Tuban dan Pondok Pesantren Darul Istiqomah Kepohbaru Bojonegoro

Munculnya stres yang dialami oleh santri penghafal kitab *Alfiyah* Ibnu Malik di Pondok Pesantren Langitan Widang Tuban dan Pondok Pesantren Darul Istiqomah Kepohbaru Bojonegoro berawal dari kemunculan berbagai kendala saat menghafal *Alfiyah*. Hal ini kemudian diikuti dengan konflik yang dirasakan oleh santri berupa ketidakmampuan membagi waktu antara sekolah dan pondok, kesulitan dalam menghafal nadzom, mudah lupa saat lalaran, hingga hafalan numpuk. Selain itu penyebab eksternal lain seperti tuntutan dari orang tua.

Stres santri diawali dengan krisis yang dirasakan oleh santri kesulitan membagi waktu antara hafalan, sekolah dan pondok. Krisis, dimana keadaan menjalani dua status yaitu menjadi siswi dan juga menjadi santri, ketika mengambil dua hal tersebut tentunya memiliki rutinitas yang lebih padat ketimbang siswi yang tidak mondok menjadi penyebab awal santri mengalami stres. Kemudian tekanan pada santri berupa kesulitan santri ketika menghafal nadzam dan mudah lupa saat lalaran, kemudian tuntutan dari orang tua dan diri sendiri menjadi stressor yang cukup menekan bagi santri. Hal tersebut tentunya membuat frustrasi yang

dirasakan oleh informan, berupa ketidakmampuan untuk menyeimbangkan antara hafalan(setoran), kegiatan pondok lain dan mencari ilmu ketika di sekolah. Informan yang pikirannya sibuk akan tuntutan sekolah menjadi tidak fokus ketika menjalani setoran hafalan Alfiyah Ibnu Malik, mengaji kitab lain dan lain – lain, frustrasi yang paling dirasakan oleh informan ialah ketika tidak mampu menyetorkan hafalan Alfiyah Ibnu Malik . Stressor yang mengakibatkan stres ini sejalan dengan teori dimana stres dibagi menjadi 4 yaitu frustrasi, konflik, tekanan, dan krisis.

Stres yang dialami oleh informan berlangsung selama kurun waktu yang berbeda – beda. Berdasarkan hasil penelitian, sebanyak 4 dari 5 santri mengalami tingkat stres sedang, dimana stres yang informan alami berlangsung selama 1 - 2 hari hingga berminggu – minggu. Kemudian 1 diantaranya mengalami tingkat stres berat, yaitu berlangsung selama informan mondok dan Menghafal *Alfiyah Ibnu Malik*. berdasarkan dari gejalanya, stres itu sendiri dibagi menjadi tigatingkatan yaitu stres ringan, stres sedang, dan stres berat.

Stres tersebut tentunya berdampak pada kesehatan fisik dan psikis dari informan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa para informan merasakan dampak psikis dari stres yaitu berupa cemas, gelisah, sulit konsentrasi, tidak tenang, mudah kaget, bingung, marah, mudah tersinggung, dan sensitif. Gelisah, cemas, sedih, depresi, menangis, mood berubah – ubah, mudah marah, mudah tersinggung, gampang menyerah merupakan gejala dari stres psikologis

Gejala fisik/ biologis yang informan rasakan berupa kelelahan, pola tidur berubah sehingga menjadi tidur larut malam, pusing dan sakit kepala yang dirasakan, kemudian gangguan pencernaan seperti sakit perut, dan tidak nafsu makan. Pusing, sakit kepala, tidur tidak teratur, sulit tidur, urat tegang terutama bagian leher dan bahu, juga selera makan berubah merupakan gejala dari stres fisik.

Hal itu sejalan dengan teori dari Sarafino & Smith, ketika seseorang sedang mengalami stres, dapat dilihat dari beberapa aspek, yaitu ada dua aspek utama dari dampak stres yang terjadi berupa aspek biologis (*biological aspect*) yaitu berupa gejala fisik dan psikologis (*psychological aspect*) yaitu gejala yang mempengaruhi sisi psikologisnya.

5.2 Implementasi Strategi *Coping* Untuk Mengurangi Stress Santri Penghafal Kitab *Alfiah Ibnu Malik* di Pondok Pesantren Langitan Widang Tuban dan Pondok Pesantren Darul Istiqomah Bojonegoro

Menurut teori Richard Lazarus terdapat dua bentuk *coping*, yaitu yang berorientasi pada permasalahan (*problem-focused coping*) dan yang berorientasi pada emosi (*emotion-focused coping*). Adapun kedua bentuk *coping* tersebut dijelaskan secara lebih lanjut sebagai berikut:

1. *Problem-Focused Coping*

Problem-focused coping adalah istilah Lazarus untuk strategi kognitif untuk penanganan stres atau *coping* yang digunakan oleh individu yang menghadapi masalahnya dan berusaha menyelesaikannya. Carver, Scheier

dan Weintraub¹ menyebutkan aspek-aspek strategi *coping* dalam *problem-focused coping* antara lain:

- a. Keaktifan diri, suatu tindakan untuk mencoba menghilangkan atau mengelabui penyebab stres atau memperbaiki akibatnya dengan cara langsung.
- b. Perencanaan, memikirkan tentang bagaimana mengatasi penyebab stres antara lain dengan membuat strategi untuk bertindak, memikirkan tentang langkah upaya yang perlu diambil dalam menangani suatu masalah.

Penekanan kegiatan bersaing, individu dapat menekan keterlibatan dalam kegiatan bersaing atau dapat menekan pengolahan saluran bersaing informasi, dalam rangka untuk lebih berkonsentrasi penuh pada tantangan dan berusaha menghindari untuk hal yang membuat terganggu oleh peristiwa lain, bahkan membiarkan hal-hal lain terjadi, jika perlu, untuk menghadapi stresor.

- c. Kontrol diri, individu membatasi keterlibatannya dalam aktivitas kompetisi atau persaingan dan tidak bertindak terburu-buru.
- d. Dukungan sosial instrumental, yaitu mencari dukungan sosial seperti nasihat, bantuan atau informasi.

2. *Emotion-Focused Coping*

Emotion-focused coping adalah istilah Lazarus untuk strategi penanganan

¹ Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.

stres dimana individu memberikan respon terhadap situasi stres dengan cara emosional, terutama dengan menggunakan penilaian defensif. *Emotional focused coping* merupakan strategi yang bersifat internal. Carver, Scheier dan Weintraub menyebutkan aspek-aspek strategi *coping* dalam *emotion-focused coping* antara lain:

- a. Dukungan sosial emosional, yaitu mencari dukungan sosial melalui dukungan moral, simpati atau pengertian.
- b. Interpretasi positif, artinya menafsirkan transaksi stres dalam hal positif harus memimpinorang itu untuk melanjutkan secara aktif pada masalah-terfokus di tindakan penanggulangan.
- c. Penerimaan, sesuatu yang penuh dengan stres dan keadaan yang memaksanya untuk mengatasi masalah tersebut.
- d. Penolakan, respon yang kadang-kadang muncul dalam penilaian utama. Hal penolakan ini sering dinyatakan bahwa penolakan berguna, meminimalkan tekanan dan dengan demikian memfasilitasi *coping* atau bisa dikatakan bahwa penolakan hanya menciptakan masalah tambahan kecuali stresor menguntungkan dapat diabaikan.
- e. Religiusitas, sikap individu dalam menenangkan dan menyelesaikan masalah secara keagamaan.²

Setelah mengidentifikasi stressor, individu mulai menilai jumlah sumber daya yang dimiliki untuk menghadapi stressor – stressor

² Santrock (2003) John W. Adolescence. Perkembangan Remaja. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga., hlm 566

tersebut. Berdasarkan hasil yang diperoleh, strategi *coping* *Emotion-Focused Coping* (EFC) yang paling awal dipakai ialah menggunakan berupa *self control*. *Self control* yang digunakan oleh informan yaitu dengan diam, menangis, tidur, serta mencorat – coret buku, diikuti dengan *distancing* yang informan lakukan yaitu berfikir positif untuk kedepannya. Kemudian *escape* seperti menyendiri, mendengarkan musik seperti sholawat atau murottal, makan, tidur, dan *escape* positif diantara itu semua ialah membaca al – qur'an. Berbagai jalan mampu dilakukan manusia untuk membentuk perilaku *coping*, antara lain dengan membaca al-qur'an, karena sesungguhnya al-qur'an memiliki keuntungan yang sangat besar untuk menjernihkan hati, penawar keraguan dan keguncangan jiwa serta sebagai media untuk membersihkan jiwa. Selanjutnya diikuti dengan *positive reappraisal* seperti mengingat tujuan, dan *accepting responsibility* yaitu berdoa. *Coping* stres dengan membaca doa mampu untuk menjernihkan hati serta perantara membersihkan jiwa. Menjalankan sholat tahajud juga merupakan salah satu upaya *coping* stres. Data ini menunjukkan bahwa mahasiswa umumnya berfokus terlebih dahulu pada permasalahan emosional yang dialami.

Setelah melakukan *coping* berupa *Emotion-Focused Coping* (EFC), santri kemudian melakukan tindakan berupa penyelesaian masalah menggunakan *Problem-Focused Coping* (PFC) yang pertama yaitu *seeking social support* seperti ketika menyelesaikan permasalahan hafalan, informan meminta bantuan kepada teman untuk membantu menyimak

ketika sebelum setoran, dan meminta bantuan teman ketika kewalahan dalam mengerjakan tugas sekolah . Diikuti dengan *confrontative* yaitu ketika informan merasa ragu apakah hal yang dilakukannya untuk menyelesaikan masalah itu tepat atau tidak, informan tetap bersikukuh untuk menyelesaikan masalahnya setelah menenangkan diri menggunakan *Emotion-Focused Coping (EFC)*. Kemudian untuk *planful problem solving* yang dilakukan informan yaitu mencoba merencanakan penyelesaian masalah dengan membuat persiapan untuk menemukan cara yang akan membantu informan dalam menyelesaikan permasalahannya.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat terlihat bahwa strategi *coping* yang digunakan oleh santri ialah menggunakan keduanya. Namun, strategi *coping* yang pertama kali informan gunakan ialah *EFC (Emotion-Focused Coping)* untuk menenangkan diri terlebih dahulu, yang kemudian disusul dengan menggunakan *PFC (Problem-Focused Coping)* untuk menyelesaikan masalahnya. Gambaran *coping* stres menurut Lazarus & Folkman, yang dapat dilihat berdasarkan 2 aspek yaitu *emotion-focused coping (EFC)* dan *problem-focused coping (PFC)*. Aspek *emotion-focused coping* dibagi menjadi 5 yaitu *self control, distancing, positive reappraisal, accepting responsibility, dan escape*. Sedangkan aspek dari *problem-focused coping* sendiri dibagi menjadi 3, yaitu *confrontative, planful problem solving dan seeking social support*. Pada kedua aspek dari *coping* stres tersebut, diketahui bahwa informan menggunakan kedua aspeknya, yang mana mendeskripsikan bahwa santri yang menghafal kitab

Alfiah di Pondok Pesantren Langitan Widang Tuban dan Pondok Pesantren Darul Istiqomah Bojonegoro memiliki strategi *coping* stres yang baik.

***Coping* menurut Islam**

Manusia tidak akan terlepas dari berbagai permasalahan, ujian, maupun cobaan dari Allah SWT. Sebagai makhluk yang memiliki kesadaran, manusia menyadari adanya problem – problem yang mengganggu aspek – aspek kejiwaannya. Oleh karena itu manusia akan berusaha mengatasi masalah atau melakukan *coping* stres dengan berbagai macam upaya.

Agama islam berpedoman pada Al-Qur'an dan Hadits yang mana menawarkan solusi dengan memberikan penyelesaian yang benar dan menyembuhkan segala masalah yang dihadapi oleh manusia, salahsatunya yaitu masalah psikologis. *menjadikan agama sebagai pijakan ilmu sebenar- benarnya suatu hal yang sangat mungkin, karena agama merupakan peraturan – peraturan, termasuk hal – hal mengenai manusia.*

Pendekatan keagamaan adalah suatu pendekatan akan makna dengan tuntunan agama yang berhubungan dengan yang suci. Semua agama di dunia menyediakan cara – cara unik dan khusus yang berbasis pada konsep ajaran agama tersebut untuk dijadikan pedoman hidup, tidak terkecuali agama islam.

Dalam beribadah seorang mukmin harus mencakup tiga aspek yaitu *hubb* (cinta), *khauf* (takut), *raja'* (harapan) ³. *Hubb* itu sendiri ialah kecintaan secara mendalam kepada Tuhan ⁴. *Khauf* ialah perasaan cemas, takut, dan khawatir apabila sarana kebajikan yang dilakukan tidak diterima oleh Allah SWT. sebaliknya *Raja'* ialah harapan yang ditujukan kepada Allah SWT. setelah melakukan seluruh sarana kebajikan berbagai keraguan, keguncangan hati, serta menjadi sarana untuk membersihkan jiwa Harapan ini berupa permohonan agar Allah SWT. menerima (*maqbul* dan *mabrur*) kebajikan yang telah dilakukannya.

Dalam Islam Allah SWT. telah mengatur dan memberi manusia berbagai cara untuk mengatasi masalah dalam kehidupan manusia. Banyak jalan yang bisa dilakukan oleh manusia sebagai upaya untuk membentuk perilaku *coping*, salah satunya yaitu dengan membaca Al- Qur'an, karena sesungguhnya Al-Qur'an itu sendiri ialah penawar dari berbagai keraguan, keguncangan hati, serta menjadi sarana untuk membersihkan jiwa.

Coping yang dilakukan oleh informan untuk menenangkan dirinya yaitu menggunakan *emotion-focused coping*, berupa membaca Al – Qur'an dan pengalihan lainnya seperti mendengarkan sholawat, murottal dan membaca buku tasawuf. Setelah informan mulai tenang, kemudian informan menyelesaikan masalahnya satu – persatu. Allah SWT. telah

³ Taymiah, *Ibd. Minhāj al-Sunnah al-Nabawiyah fi naqdh kalām al-Syi'ah wa'l-Qadariyah*, jilid I-IV (Beirut Libanon: 1984). Hlm. 158

⁴ Nasrul, *Akhlaq Tasawuf* (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2015. Hlm. 191

mencantumkan secara tersirat tahap – tahap yang harus dilalui seseorang untuk menghadapi masalahnya yakni

1. *Husnudzon* (berfikir positif)

Allah berfirman dalam surat Al – Insyirah ayat 1-6 yang artinya: “*Bukankah telah kami lapangkan untukmu dadamu?(1) dan Kami pun telah menurunkan bebanmu darimu, (2) yang memberatkan punggungmu, (3) dan kami tinggikan bagimu sebutan (nama)mu bagimu. (4) Maka sesungguhnya beserta kesulitan itu ada kemudahan, (6)* (Al-Qur’an Al-Quddus, 2014: 595).”

Tafsir dari 6 ayat tersebut ialah janji dan kabar gembira dari Allah SWT. bahwa segala kesulitan dari setiap persoalan manusia selalu ada jalan keluarnya, maka hadapilah masalah itu dengan hati yang lapang. Setelah melapangkan dada, maka lahirlah *husnudzon* terhadap masalah yang ada. Itu merupakan separuh dari penyelesaian masalah, karena dengan *husnudzon* otak manusia mampu berfikir secara jernih mengenai jalan keluar dari permasalahan yang ada

2. Ikhtiar (Berperilaku Positif)

Firman Allah dalam surat Al-Insyirah ayat 7 yang artinya: Artinya : “*Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain) (7)* (Al- Qur’an Al-Quddus, 2014: 595)”

Dari ayat tersebut Allah SWT. memberikan langkah kedua yaitu berusaha keras dalam menghadapi persoalannya melalui perilaku –perilaku nyata yang positif. Usaha ini merupakan anjuran dari Allah SWT. untuk tidak menyerah dalam menghadapi persoalan seberat apapun. Perintah ini mencakup makna untuk tetap mencoba bantuan manusia lain sebagai perantara pertolongan-Nya seperti pada aspek *problem-focused coping* yaitu *seeking social support*. Hal ini termasuk dalam suatu bentuk *ikhtiar* atau usaha.

2. *Tawakal* (Berharap Positif)

Allah berfirman dalam Q.S Al-Insyirah ayat terakhir yang artinya: *dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap (8) (Al-Qur'an Al-Quddus, 2014)*”

Ayat ini menghendaki bahwa setelah menghadapi kesulitan dan hambatan – hambatan seperti stres yang dirasakan, kemudian mampu berlapang dada dengan masalah yang ada, lalu sudah berusaha secara optimal untuk menyelesaikan masalahnya, selanjutnya usaha terakhir ialah berdoa dan bertawakal kepada Allah SWT. dengan meminta serta merendahkan diri kepada Allah SWT. Hendaknya hambanya itu berharap akan hasil dari usahanya hanya kepada Allah SWT. saja, hasil dikembalikan kepada Allah SWT. karena manusia hanya berusaha semampunya

Selain melakukan ketiga cara yang telah disampaikan oleh Bahreisy, dengan berdzikir atau mengingat Allah SWT. dan Rasul-Nya juga mampu membantu seseorang dalam meminimalisir tuntutan kehidupan karena dapat menentramkan hati. Seperti firman Allah SWT dalam surat Ar-Rad ayat 28 yang Artinya : “(yaitu) orang – orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram (Al-Qur’an Al-Quddus, 2014: 251).”

Dzikir dalam pengertian luas ialah kesadaran akan hadirnya Allah dimana dan kapan saja, serta menyadari akan kebersamaan-Nya dengan makhluk, kebersamaan dalam arti pengetahuan-Nya terhadap apapun di alam raya ini serta bantuan dan pembelaan-Nya terhadap hambahambanya yang taat⁵

Selain melakukan *coping*, juga ditambah dengan mengingat Allah SWT. (dzikrullah) tentunya menimbulkan ketentraman hati, dengan sendirinya hilanglah segala macam kegelisahan, pikiran kusut, rasa putus asa, ketakutan, kecemasan, keraguan, dan perasaan duka cita⁶

Dalam kondisi bagaimanapun, diharapkan agar selalu berbaik sangka kepada Allah SWT. meski hal tersebut tidak disukai, bahkan marah akan ketentuan Allah SWT. perlu dibutuhkan kesabaran, dimana kesabaran juga tentunya memerlukan waktu untuk menyadari bahwa pada dasarnya manusia tidak pernah tahu bahwa dalam setiap ketentuan atau kejadian

⁵ Nasrul, *Akhlak Tasawuf* (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2015. Hlm. 205

⁶ Nasrul, *Akhlak Tasawuf* (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2015. Hlm. 206

yang ada di dalam kehidupan, akan selalu terdapat hikmah yang Allah SWT. berikan. Dengan hal tersebut, maka akan membuahkan sikap *muraqabah* dimana merasa diri selalu dalam pengawasan Allah SWT. dengan begitu informan tidak melampiaskan perasaan stresnya dengan melakukan hal – hal yang membahayakan seperti meminum alkohol, menggunakan obat – obatan terlarang seperti narkoba, dan hal – hal yang berbahaya lainnya.

Muraqabah itu sendiri menurut Imam Al-Qusyairy ialah keadaan dimana seseorang sepenuh hati bahwa Allah SWT. selalu mengawasidan melihat Informan tentunya juga menarik diri dari sifat keduniaan untuk melepaskan stresnya seperti dengan membaca al – qur'an, sholat, dan berdoa kepada Allah SWT. dimana hal tersebut merujuk kepada sikap zuhud. Zuhud itu sendiri dalam arti terminologi ialah merasa dunia dan isinya merupakan sumber kemaksiatan dan kemungkaran yang dapat menjauhkannya dari Tuhan.⁷ Apabila hal tersebut ditunjang dengan kesabaran yang aktif, perjuangan yang gigih dan positif, serta *raja'* kemudian *tawakal*, maka akan timbul perasaan ikhlas di dalam diri manusia akan ketentuan – ketentuan Allah SWT. terkait dari stres yang dirasakan dan penyelesaian masalah berupa *coping* stres yang telah diupayakan.

⁷ Nasrul, *Akhlak Tasawuf* (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2015. Hlm. 207

Makna Terdalam

Kehidupan sebagai seorang santri dan juga sebagai seorang santri tentunya tidaklah mudah, dengan segala kegiatan dimana padatnya jadwal di pondok sekaligus juga padatnya jadwal kegiatan di sekolah membuat santri menjadi kebingungan, kesulitan, dan juga merasakan stres akibat stressor tersebut, baik itu mulai dari kesulitan menghafalkan, kemudian ketidakmampuan untuk membagi waktu, juga adanya tuntutan akademik, dan tuntutan dari orang tua. Mereka lebih banyak merasakan tekanan daripada pada santri yang bukan penghafal Alfiyah Ibnu Malik. Meskipun mereka merasakan stres, akan tetapi mayoritas dari mereka berada pada tingkat stres sedang yang mana tidak berlangsung lama. Dampak stres yang ditimbulkan berupa pusing, sakit kepala, sakit perut, kelelahan fisik, sulit konsentrasi, sulit tidur, mudah kaget, dan tidak nafsu makan.

Walaupun mereka merasakan dampak tersebut, namun pada akhirnya mereka berhasil menetralsir dampak stres yang mereka rasakan menggunakan *coping* stres yaitu *emotion-focused coping* dan *problem-focused coping* dengan pendekatan spiritual yang juga mereka gunakan seperti pada bagian *emotion-focused coping* upaya untuk mengalihkan rasa stresnya menggunakan membaca al – qur'an, membaca buku tasawuf, mendengarkan murottal, serta sholawat yang mana lebih kepada pendekatan spiritual mereka. Sedangkan pada *problem-focused coping* yang digunakan berupa sholat tahajud dan berdoa, serta mencari solusi atau nasihat dengan bercerita kepada ustadzah di pondok, sebagai upaya

mencari bantuan untuk meredakan stres yang dialami oleh informan, penyelesaian stres yang lain yaitu menjaga waktunya dengan sebaik – baiknya dan tidak menyia – nyiakansedikitpun seperti tidak ngerumpi, dan hal– hal yang tidak bermanfaat lainnya untuk menjaga waktu dan memudahkan informan dalam me-manage waktu dengan baik. Sehingga dengan begitu, mereka mampu bertahan dengan ditengah keadaan hidup dimana banyak *stressor* baik itu tuntutan dari ustadz ustadzah, orangtua, maupun pondok. Mereka percaya bahwa apapun yang dirasakan ialah cobaan dari Allah SWT. dengan kecerdasan spiritual tersebut tentunya mampu membentuk perilaku *strategi coping pada santri penghafal kitab Alfiyah ibnu Malik di Pondok Pesantren Langitan Widang Tuban dan Pondok Pesantren Darul Istiqomah Kepohbaru Bojonegoro.*

Data di dalam penelitian ini diambil di Pondok Pesantren Langitan Widang Tuban dan Pondok Pesantren Darul Istiqomah Kepohbaru Bojonegoro secara langsung. Hambatan yang peneliti rasakan dalam pengambilan data penelitian ini adalah seringnya terjeda karena suasana dan setting tempat yang kurang kondusif, serta banyaknya suara motor yang berlalu lalang. Penelitian yang dilakukan di tempat yang lebih kondusif memungkinkan untuk mendapatkan data yang lebih baik dan waktu yang lebih efektif.



UNUGIRI