

## **BAB I**

### **Pendahuluan**

#### **A. Latar belakang penelitian**

Pentingnya agama dalam kesehatan dapat dilihat dari batasan Organisasi Kesehatan se-Dunia (WHO, 1984) yang menyatakan bahwa aspek agama (spiritual) merupakan salah satu unsur dari pengertian kesehatan seutuhnya. Bila sebelumnya pada tahun 1947 World health organization (WHO) memberikan batasan sehat hanya dari 3 aspek saja, yaitu sehat dalam arti fisik (organobiologik), sehat dalam arti mental (psikologik/psikiatrik) dan sehat dalam arti social. Maka sejak 1984 batasan tersebut sudah ditambah dengan aspek agama (spiritual), yang oleh American Psychiatric Association dikenal dengan rumusan "*bio-psycho-socio-spiritual*" (APA, 1995)

Religi atau agama merupakan salah satu aspek penting yang harus diperhatikan dalam melihat individu dan kelompoknya. Apalagi jika yang harus dianalisa adalah masyarakat timur yang tidak pernah lepas dari mitos, mistis, mitologi, dan segala sesuatu yang (bagi masyarakat ilmiah) disebut irasional. Hal tersebut menjadi alasan subjektifitas persepsi tentang agama dan interpretasinya bagi setiap individu. Tapi meskipun bersifat subjektif, rasa saling menghormati dan menghargai diantara umat beragama maupun seagama tetap terjalin dengan baik (Hardi, 2008).

Berdasarkan hasil studi (Graham, 2001) menunjukkan bahwa agama dan spiritualitas hendaknya dilibatkan dalam proses konseling psikologis. Hal ini

dikarenakan agama dan spiritualitas merupakan aspek yang sangat penting dalam usaha mengatasi gangguan psikologis seperti stres, cemas hingga depresi. Individu yang mengalami gangguan mental diantaranya karena tidak memiliki nuansa kehidupan yang religius sehingga berbagai macam tekanan seperti tekanan sosial lebih mudah menyerang kesehatan mental (Medscape, 2007). Selain itu, dua studi epidemiologik yang dilakukan oleh Lindenthal pada tahun 1970 dan Star pada tahun 1971 menunjukkan bahwa mereka (penduduk) yang berkehidupan religius (beribadah, berdoa dan berdzikir) mempunyai resiko untuk mengalami stres jauh lebih kecil daripada mereka yang tidak religius dalam kehidupan sehari-harinya (Danarto, 2007).

Stres dapat diartikan sebagai suatu kondisi dimana keadaan tubuh terganggu karena tekanan psikologis. Biasanya stres dikaitkan bukan karena penyakit fisik tetapi lebih mengenai kejiwaan. Walaupun demikian, penyakit fisik seringkali diakibatkan oleh stres (Wikipedia, 2007). Berdasarkan hasil studi prevalensi stres (pasca-trauma) tercatat sebesar 1,0 – 12,3 % pada populasi dewasa (Ibrahim, 2002). Wanita memiliki resiko yang lebih tinggi terkena stres yakni 10 – 12 % dibandingkan dengan pria yang hanya 5 – 6 % pada kelompok usia dewasa muda. Selain itu, wanita memiliki kecenderungan untuk mengalami gangguan yang lebih berat (Bloomberg, 2007).

Sama halnya pada orang dewasa, stres juga bisa berefek negatif pada tubuh remaja. Hanya saja perbedaannya ada pada sumber dan bagaimana mana cara merespon penyakit tersebut. Reaksi remaja terhadap stres biasanya

ditentukan oleh suasana dan kondisi kehidupan yang tengah mereka jalani (Manap, 2004).

Masa remaja merupakan sebuah periode dalam kehidupan manusia yang batasan usia maupun peranannya seringkali tidak terlalu jelas (Danarto, 2007). Dalam hal emosi, masa remaja merupakan suatu masa yang penuh gejolak. Pada masa ini mood (suasana hati) bisa berubah dengan sangat cepat. Hasil penelitian di Chicago oleh (Csikszentmihalyi & Reed Larson, 1984) menunjukkan bahwa remaja rata-rata memerlukan hanya 45 menit untuk berubah dari mood “ senang luar biasa “ menjadi “ sedih luar biasa “, sementara orang dewasa harus memerlukan beberapa jam untuk hal yang sama.

Merujuk pada pengertiannya, santri/remaja santri merupakan sebutan bagi seseorang yang menetap (tinggal) dalam suatu sekolah pendidikan umum (pondok pesantren) yang persentasinya lebih banyak ilmu-ilmu pendidikan agama islam (Wikipedia, 2008). Seperti telah dijelaskan diatas bahwa reaksi remaja terhadap stres sedikit banyak ditentukan oleh suasana dan kondisi kehidupan yang dijalani. Pada remaja yang mempunyai pola kehidupan yang religius tentunya akan terdapat perbedaan dalam reaksi dirinya terhadap stres jika dibandingkan dengan remaja yang kehidupannya tidak terlalu kental oleh nuansa religius (Manap, 2004)

Allah berfirman dalam surat Al-maidah ayat 35 “ *hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan carilah jalan yang mendekatkan diri*

*kepada-Nya dan berjihadlah pada jalan-Nya, supaya kamu mendapat keberuntungan.*

### **B. Perumusan masalah**

Dari latar belakang permasalahan diatas, penulis mengidentifikasi masalah berikut, yaitu :

- Apakah terdapat hubungan antara tingkat religiusitas dengan toleransi stres pada remaja santri ?

### **C. Keaslian penelitian**

Para peneliti sebelumnya pernah melakukan penelitian serupa tentang tingkat religiusitas, diantaranya adalah sebagai berikut :

- Korelasi tingkat religiusitas dengan potensi ansietas pada remaja santri di pondok pesantren Asy-syifa Yogyakarta. Penelitian dilakukan oleh La Ode ahmad Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada pada tahun 1997.

Sepengetahuan penulis, belum ada penelitian tentang tingkat religiusitas yang dihubungkan dengan toleransi stres seperti penelitian yang dilakukan penulis.

### **D. Manfaat penelitian**

Dari penelitian yang akan dilakukan, penulis berharap agar hasil penelitian ini nantinya dapat memberikan pengetahuan/informasi kepada penulis khususnya dan masyarakat umumnya tentang hubungan tingkat religiusitas dengan toleransi

stres pada remaja khususnya remaja santri, memberikan motivasi kepada penulis khususnya dan masyarakat umumnya untuk meningkatkan tingkat religiusitas sebagai upaya preventif terhadap semua tekanan psikis yang dapat mencetuskan penyakit-penyakit psikis.

#### **E. Tujuan penelitian**

Tujuan yang mendasari penulis untuk melakukan penelitian pada permasalahan diatas, diantaranya adalah sebagai berikut :

- Mengetahui hubungan tingkat religiusitas dengan toleransi stres pada remaja santri.