



SKRIPSI

**HUBUNGAN STRES LINGKUNGAN DENGAN *COPING* PADA SANTRI
BARU DI ASRAMA AR-ROMMEL PONDOK PESANTREN DARUL
'ULUM JOMBANG**

PENELITIAN CROSS SECTIONAL



Oleh:

L. Alfrian Branthé Ningrat

NIM: 7317017

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PESANTREN TINGGI DARUL 'ULUM
JOMBANG
2023**



SKRIPSI

**HUBUNGAN STRES LINGKUNGAN DENGAN COPING PADA SANTRI
BARU DI ASRAMA AR-ROMMEL PONDOK PESANTREN DARUL
'ULUM JOMBANG**

PENELITIAN *CROSS SECTIONAL*

*Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) Pada Program
Studi Ilmu Keperawatan , Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu Jombang*



Oleh:

L. Alfrian Brantje Ningrat

NIM: 7317017

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PESANTREN TINGGI DARUL 'ULUM
JOMBANG
2023**



LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi oleh : L. Alfrian Branthé Ningrat

Judul : HUBUNGAN STRES LINGKUNGAN DENGAN *COPING*
PADA SANTRI BARU DI ASRAMA AR-ROMMEL PONDOK
PESANTREN DARUL 'ULUM JOMBANG

Telah setuju untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Skripsi

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Dr. Nasrudin, SKM., M.Kes
NIPY: 11 010901 053

Pembimbing II

Wiwiek Widiatie, S.Kep.Ns., M.Kes
NIPY: 11 010901 064



LEMBAR PENGESAHAN

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Ujian Skripsi Penelitian Pada Program
Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pesantren Tinggi
Darul 'Ulum Jombang

Pada Tanggal: Agustus 2023

Mengesahkan:

Tim Penguji

Tanda tangan

Ketua : Zulfa Khusniyah, S.Kep.Ns., M.Kep, M.Pd.I



(.....)

Anggota I : Wiwiek Widiatie, S.Kep.Ns., M.Kes



(.....)

Anggota II : Dr. Nasrudin, SKM., M.Kes



(.....)

Mengetahui,

Ka. Program Studi Sarjana Keperawatan



Zulfa Khusniyah, S.Kep.Ns., M.Kep, M.Pd.I
NIPY: 11 010901 052



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, nikmat, dan ridlo-Nya, sehingga dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan judul: “Hubungan stres lingkungan dengan *coping* pada santri baru di asrama Ar-Rommel Pondok Pesantren Darul ‘Ulum Jombang” sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan Strata S1 Keperawatan.

Mengingat dalam membuat skripsi ini tidak dapat lepas dari berbagai pihak yang membantu dalam memberi dorongan baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. DR. Dr H. M. Zulfikar As’ad, MMR selaku Rektor Universitas Pesantren Tinggi Darul ‘Ulum Jombang.
2. Dr. Hj. Masruroh Hasyim, S.Kep., Ns., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pesantren Tinggi Darul ‘Ulum Jombang.
3. Zulfa Khusniyah, S.Kep., Ns., M.Kep, M.Pd.I selaku Kaprodi Sarjana Keperawatan Universitas Pesantren Tinggi Darul ‘Ulum Jombang.
4. Dr. Nasrudin, SKM., M.Kes selaku Pembimbing I dan Wiwiek Widiatie, S.Kep.Ns., M.Kes selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam pembuatan proposal ini.
5. Seluruh responden yang telah bersedia untuk diteliti.
6. Kedua Orang tuaku dan seluruh saudaraku yang telah memberikan motivasi dan membantu baik materiil maupun spiritual.
7. Semua temanku Angkatan 2017 FIK UNIPDU yang selalu membantu penyusunan proposal ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.



Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih kurang dari sempurna. Oleh karenanya, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca umumnya.

Jombang, 26 Agustus 2023

Penulis,



Hubungan Stres Lingkungan dengan *Coping* pada Santri Baru di Asrama Ar-Rommel Pondok Pesantren Darul 'Ulum Jombang

L. Alfrian Branthe Ningrat¹, Nasrudin², Wiwiek Widiatie³

¹⁾ Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu

^{2,3)} Dosen Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu Jombang

Email: alfrianlalu27@gmail.com

Abstrak

Stres bersumber dari adanya rangsangan yang dapat membahayakan kesejahteraan pada individu, sedangkan respon stres merupakan suatu respon yang terdiri dari unsur emosional, fisiologis, pikiran dan perilaku. Salah satu faktor pencetus stres (stresor) adalah lingkungan. Lingkungan pondok pesantren sangat berbeda dengan lingkungan pada umumnya, seperti lingkungan yang ada di rumah maupun di sekolah umum, dimana hal ini dapat memicu terjadinya stres. *Coping* stres dibagi menjadi dua, yaitu *coping* positif dan *coping* negatif, apabila individu (santri) tidak mampu menciptakan *coping* stres dengan positif, maka akan menimbulkan masalah psikologis dan berdampak pada kehidupan sehari-hari. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan stres lingkungan dengan *coping* pada santri baru di asrama Ar-Rommel Pondok Pesantren Darul Ulum Jombang. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional* dengan menggunakan teknik *total sampling*. Responden terdiri dari 52 santri. Metode pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuisioner dengan variabel yang diteliti yaitu stress lingkungan dan *coping* stress pada santri baru di Asrama Ar-Rommel Pondok Pesantren Darul 'Ulum Jombang. Analisis uji yang digunakan adalah Uji Spearman. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar stres yang dimiliki santri berada pada kategori ringan, hampir setengahnya pada kategori sedang, dan sebagian kecil pada kategori berat. Untuk coping santri, didapatkan hasil bahwa *coping* santri sebagian besar pada kategori *coping positive*, dan hampir setengahnya pada kategori *coping negative*. Hasil penelitian didapatkan P value = 0,000 < α 0,05 yang artinya terdapat hubungan antara stres lingkungan dengan coping pada santri baru di asrama Ar-Rommel Pondok Pesantren Darul Ulum Jombang dengan nilai korelasi 0,842 yang berarti sangat kuat. Semakin ringan tingkat stres lingkungan yang dialami, maka semakin positif juga *coping* yang dilakukan oleh para santri. Sebaliknya, semakin berat stres lingkungan yang dialami santri, maka semakin negatif *coping* stress yang dilakukan para santri.

Kata kunci: Stress lingkungan, coping, santri baru.



The Relationship between Environmental Stress and Coping in New Students at the Ar-Rommel Dormitory at the Darul 'Ulum Islamic Boarding School, Jombang

L. Alfrian Branthé Ningrat¹, Nasrudin², Wiwiek Widiatie³

¹⁾ Students of the Bachelor of Nursing Study Program, Faculty of Health Sciences, Unipdu

^{2,3)} Lecturer in the Undergraduate Nursing Study Program, Faculty of Health Sciences, Unipdu Jombang

Email: alfrianlalu27@gmail.com

Abstract

Stress originates from stimuli that can endanger an individual's well-being, while the stress response is a response that consists of emotional, physiological, thought and behavioral elements. One of the factors that trigger stress (stressors) is the environment. The Islamic boarding school environment is very different from the environment in general, such as the environment at home or in public schools, where this can trigger stress. Stress coping is divided into two, namely positive coping and negative coping. If individuals (students) are not able to create positive stress coping, it will cause psychological problems and have an impact on daily life. The aim of this research is to determine the relationship between environmental stress and coping among new students at the Ar-Rommel dormitory at the Darul Ulum Islamic Boarding School, Jombang. The research design used was cross sectional using total sampling technique. Respondents consisted of 52 students. The data collection method was carried out using a questionnaire with the variables studied, namely environmental stress and coping with stress in new students at the Ar-Rommel Dormitory at the Darul 'Ulum Jombang Islamic Boarding School. The test analysis used is the Spearman Test. The research results show that most of the stress experienced by students is in the mild category, almost half is in the moderate category, and a small portion is in the severe category. For students' coping, the results showed that most of the students' coping was in the positive coping category, and almost half were in the negative coping category. The research results showed that $P \text{ value} = 0.000 < \alpha 0.05$, which means there is a relationship between environmental stress and coping in new students in the Ar-Rommel dormitory at the Darul Ulum Jombang Islamic Boarding School with a correlation value of 0.842, which means it is very strong. The lighter the level of environmental stress experienced, the more positive the students' coping will be. On the other hand, the more severe the environmental stress experienced by the students, the more negative the students' coping with stress will be.

Key words: Environmental stress, coping, new students.



DAFTAR ISI

SAMPUL LUAR.....	i
SAMPUL DALAM.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.3.1 Tujuan Umum.....	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti	7
1.4.2 Manfaat Bagi Institusi	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Pondok Pesantren	8
2.1.1 Pengertian Pondok Pesantren	8
2.1.2 Bentuk-Bentuk Pendidikan di Pesantren.....	9
2.1.3 Tujuan Pondok Pesantren.....	10
2.1.4 Fungsi dan Peranan Pondok Pesantren.....	11
2.1.5 Elemen-Elemen Pondok Pesantren	14
2.2 Konsep Stres Adaptasi.....	20
2.2.1 Pengertian Stres Adaptasi.....	20
2.2.2 Sumber-Sumber Stres	21
2.2.3 Macam-Macam Stres.....	24
2.2.4 Respon Terhadap Stres	26



2.2.5 Dampak atau Akibat Stres.....	27
2.3 Konsep Stres Lingkungan.....	31
2.3.1 Pengertian Stres Lingkungan	31
2.3.2 Ciri-Ciri Individu Mengalami Stres Lingkungan.....	32
2.3.3 Stres Lingkungan Pada Santri	33
2.3.4 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Lingkungan	35
2.4 Konsep <i>Coping</i>	37
2.4.1 Pengertian <i>Coping</i>	37
2.4.2 Jenis atau Bentuk <i>Coping</i>	38
2.4.3 Macam-macam <i>Coping</i> Terhadap Stres	39
2.4.4 Aspek-Aspek Strategi <i>Coping</i>	40
2.5 Konsep Remaja.....	41
2.5.1 Pengertian Remaja.....	41
2.5.2 Perubahan Fisik Pada Masa Remaja	43
2.5.3 Perubahan Psikologis Pada Remaja	45
2.5.4 Perkembangan Remaja dan Ciri-Cirinya.....	46
2.6 Kerangka Teori.....	48
2.6.1 Kerangka Teori Lazarus dan Folkman	48
2.6.2 Kerangka Teori Penelitian.....	50
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	51
3.1 Kerangka Konseptual	51
3.2 Hipotesis.....	52
BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN	53
4.1 Desain Penelitian	53
4.2 Kerangka Kerja.....	55
4.3 Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	56
4.3.1 Populasi	56
4.3.2 Sampel.....	56
4.3.3 Teknik Sampling	56
4.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional	56
4.4.1 Variabel independent (Bebas)	57
4.4.2 Variabel Dependent (Terikat).....	57



4.4.3 Variabel Perancu	57
4.4.4 Definisi operasional.....	57
4.5 Instrumen Penelitian.....	59
4.5.1 Mengukur Kuisisioner Stres Lingkungan.....	59
4.5.2 Mengukur Kuisisioner <i>COPING</i>	59
4.6 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	60
4.7 Prosedur Pengambilan dan Pengumpulan Data.....	60
4.7.1 Prosedur Pengambilan Data	60
4.7.2 Prosedur Pengumpulan Data	61
4.8 Analisis Data	64
4.8.1 Analisa univariat	64
4.8.2 Analisa bivariat	64
4.9 Etika Penelitian.....	65
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN.....	68



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Definisi Operasional.....	56
-----------	---------------------------	----



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Teori Lazarus dan Folkman (1984).....	48
Gambar 2.2	Modifikasi Teori Lazarus dan Folkman.....	48
Gambar 3.1	Kerangka Konseptual Hubungan Stres Lingkungan dengan <i>Coping</i> Santri Baru.....	49
Gambar 4.1	Kerangka Kerja Hubungan Stres Lingkungan dengan <i>Coping</i> pada santri baru di asrama Ar-Rommel Pondok Pesantren Darul ‘Ulum Jombang.....	52



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan.....	67
Lampiran 2 Balasan Surat Izin Studi Pendahuluan.....	68
Lampiran 3 Penjelasan dan Informasi (<i>Informed Consent</i>).....	69
Lampiran 4 Surat Pernyataan.....	71
Lampiran 5 Lembar Kuisisioner Strategi Coping.....	72
Lampiran 6 Lembar Kuisisioner Penyesuaian Diri Terhadap Lingkungan.....	76