

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Masalah remaja sanggattah kompleks dari masalah-masalah yang kecil sampai permasalahan yang besar. Sebagaimana halnya dengan masyarakat secara umum remaja ada yang berhasil mengatasi masalahnya, namun tidak jarang juga yang mengalami kegagalan dalam penyelesaiannya. Persoalan-persoalan dan hambatan-hambatan tersebut dari masalah-masalah yang kecil serta mudah diatasi sampai pada persoalan yang besar, yang mungkin menimbulkan tekanan-tekanan.

Kasus-kasus tawuran pelajar, pemakaian obat bius, menenggak minuman keras, seks bebas, pemerkosaan, pembunuhan, yang dilakukan oleh remaja sampai saat ini masih sering terdengar, baik itu berita dari media massa maupun media elektronik seperti halnya di dalam tayangan "Buser", "Patroli", "Tkp" di beberapa stasiun televisi swasta. Tindak kenakalan yang dilakukan remaja semakin hari semakin banyak terdengar. Berbagai upaya untuk mencegah perilaku menyimpang tersebut sudah dilakukan, namun tindak kenakalan terus saja terjadi. Permasalahan di kalangan remaja masih sering terjadi seperti berbohong, kabur dari sekolah/membolos, mencuri kecil-kecilan, merokok, berbicara kotor, serta menderita stres, depresi bahkan bunuh diri (Syibromalisi dalam www.kmnu.com 2002).

Tindak kenakalan yang sering terjadi pada remaja saat ini antara lain perilaku seks bebas. Tampaknya ada perubahan yang bersifat revolusioner

melihat perkembangan perilaku seksual yang dialami oleh remaja masa kini, serta ada pergeseran nilai mengenai hubungan seksual sebelum menikah. Hal ini utamanya terjadi pada kaum perempuan. Hasil penelitian Shali dan Zeinik (dalam www.bkkbn.go.id) yang menunjukkan bahwa 79,1 % kaum perempuan (usia antara 15-19 tahun) setuju dilakukannya hubungan seksual walaupun tidak ada rencana untuk menikah. Penyakit kelamin seperti AIDS, aborsi, pernikahan dini yang tak diinginkan, adalah bentuk dari merajalelanya *free sex* di kalangan remaja saat ini. Pola-pola perilaku tersebut sebetulnya merupakan suatu larangan yang telah ditetapkan secara normatif dalam masyarakat Indonesia.

Membanjirnya informasi mengenai hal-hal yang berkaitan dengan perilaku seksual baik yang tersalurkan melalui media cetak atau elektronik, sedikit banyak memberikan pengaruh terhadap terjadinya perubahan perilaku seksual pada remaja. Hubungan orangtua-anak yang semakin berkurang, longgarnya jalinan hubungan kekerabatan dengan masyarakat sekitar, serta kurangnya nilai-nilai agama yang ditanamkan orang tua, semakin mengurangi kontrol sosial terhadap remaja dalam mengekspresikan dorongan seksualnya. Oleh karena itu tampaknya perlu ada pembicaraan yang bersifat interdisipliner agar dampak-dampak negatif dari pola perilaku seksual remaja dapat diantisipasi sedini mungkin (www.bkkbn.go.id 2001).

Rangkaian permasalahan diatas didukung oleh pendapat Goldfield dan Merbaum (dalam Afrianti, 1999) yang menyatakan bahwa suatu perilaku kadangkala menghasilkan konsekuensi yang positif tetapi juga menghasilkan konsekuensi yang negatif. Oleh karenanya kontrol diri sangat dibutuhkan sebagai suatu proses yang menjadikan individu sebagai agen utama dalam memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku utamanya yang dapat membawa kearah

konsekuensi positif. Untuk dapat mengatasi masalahnya salah satu cara pokoknya adalah remaja harus belajar mengontrol diri, sehingga dengan kontrol diri dorongan dalam dirinya disalurkan secara benar bukan menyimpang dari aturan yang berlaku di masyarakat.

Kontrol diri adalah kemampuan seseorang untuk memilih bagaimana berperilaku dan bertindak daripada hanya bertindak sekedar menuruti insting dan *impuls*. Remaja belajar mengevaluasi situasi dan konsekuensinya yang timbul dari tindakan mereka, dengan kontrol diri serta belajar untuk membuat keputusan yang layak dan memilih perilaku yang akan menghasilkan hasil positif (www.keluarga.org 2003).

Di antara penyebab kurangnya kontrol diri pada remaja adalah konflik atau pertentangan yang terjadi pada remaja dalam kehidupan, baik yang terjadi pada dirinya sendiri maupun dalam masyarakat umum. Pada remaja akhir seharusnya mereka telah mendapat ketenangan dalam menghadapi masalah-masalah dibandingkan dengan masa remaja awal.

Remaja umumnya sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial, sebab remaja berada dalam masa transisi. Emosi remaja cenderung meninggi dan belum stabil. Mereka cenderung kurang dapat menguasai diri dan tidak lagi memperhatikan keadaan sekitarnya.

Al-Qur'an telah mengarahkan manusia agar membiasakan diri untuk berdisiplin dan mempunyai kontrol diri dalam hidup, sebagaimana firman Allah dalam surat Al A'Raaf (7) ayat 201 *"Sesungguhnya orang-orang yang bertaqwa bila mereka ditimpa was-was dan syaitan, mereka ingat kepada Allah, maka ketika itu juga mereka melihat kesalahan-kesalahannya"*. Darajat (1996) menyatakan bahwa bagi remaja, agama merupakan penolong yang sangat

ampuh untuk mengembalikan ketenangan dan keseimbangan jiwa yang sedang goncang, yaitu dengan cara melakukan pengamalan *dzikir* dengan melakukan sholat, doa-doa, dan permohonan ampun kepada Allah SWT yang kesemuanya itu merupakan cara-cara pelegaian batin yang akan mengembalikan ketenangan dan ketenteraman jiwa. Oleh sebab itu tidaklah mengherankan apabila akhir-akhir ini semakin banyak remaja yang tertarik untuk mempelajari ajaran agamanya secara lebih mendalam dan lebih khusus.

Praktek *dzikir* sudah sering dilakukan oleh umat Islam yang dalam hal ini adalah suatu perbuatan mengingat Allah SWT dalam bentuk ucapan-ucapan lisan yang mengandung arti pujian dengan menyebutkan Nama-Nama dan Sifat-Sifat Allah. *Dzikir* di sini juga dimaksudkan suatu kesadaran untuk mematuhi dan melaksanakan perintah Allah. Islam mengajarkan *tawakal*, berserah diri pada Allah. Kebiasaan berdzikir tidak sekedar mempertebal rasa berserah diri pada Allah, tetapi juga dapat menenangkan batin (Republika, 8 Maret 2003).

Dzikir secara harfiah artinya ingat dan sebut. Ingat adalah gerak hati sedangkan sebut adalah gerak lisan. *Dzikkullah* berarti mengingat dan menyebut Allah SWT. *Dzikir* terdiri atas empat bagian yang saling terikat, tidak terpisahkan, yaitu: *dzikir* lisan (ucapan), *dzikir qalbu* (merasakan kehadiran Allah), *dzikir* akal (menangkap bahasa Allah di balik setiap gerak alam) dan *dzikir* amal (takwa: patuh dan taat terhadap perintah Allah dan meninggalkan larangannya). Idealnya *dzikir* itu berangkat dari kekuatan hati, ditangkap oleh akal, dan dibuktikan dengan ketakwaan, amal nyata di dunia ini (Republika, 12 September 2002).

Dari beberapa uraian di atas dapat dikatakan bahwa remaja yang bermasalah dan banyak menimbulkan kegoncangan, mereka terdorong untuk mencari sesuatu yang mampu memecahkan masalah yang sedang mereka

hadapi. Iman yang direalisasikan dalam bentuk pengamalan dzikir ini menjadi pengendali sikap, ucapan, dan tindakan yang nanti berpengaruh besar dalam diri remaja. Remaja dapat meningkatkan kemampuan untuk lebih sabar dan kuat menanggung penderitaan, membangkitkan rasa tenang dan tenteram sehingga dapat menerima segala kesulitan dan derita dalam hidup. Remaja diharapkan dapat melepaskan diri dari emosi-emosi yang tidak terkendali.

Seperti firman Allah dalam surat Ar-Ra'ad (13) ayat 28: *"yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram."*

Oleh sebab itu maka peneliti tertarik untuk mengetahui lebih dalam lagi mengenai hubungan antara intensitas dzikir dengan kontrol diri pada remaja, benarkah intensitas dzikir dapat meningkatkan atau malah menghambat kontrol diri seseorang?

B. Keaslian Penelitian

Dzikir banyak diteliti dan banyak ditulis dalam buku-buku maupun penelitian-penelitian skripsi, demikian halnya yang membahas tentang kontrol diri. Berikut juga dari penelitian-penelitian skripsi:

1. Irawati (2002), meneliti tentang "Hubungan antara kontrol diri dengan intensitas penggunaan SMS." Hasilnya menunjukkan bahwa ada korelasi negatif antara kontrol diri dengan intensitas penggunaan SMS, artinya semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah intensitas penggunaan SMS, dan sebaliknya.
2. Makmun (2002), meneliti tentang "Hubungan dzikir dengan stres pada santri Pondok Pesantren Ki Ageng Giring." Hasilnya menunjukkan bahwa ada

korelasi negatif yang meyakinkan antara dzikir dengan stres, artinya semakin tinggi dzikir maka semakin rendah stres yang dirasakan.

Berdasarkan beberapa uraian diatas, maka dapat dikatakan bahwa judul yang diajukan oleh peneliti masih orisinal.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas dzikir dengan kontrol diri pada remaja yang tinggal di Pondok Pesantren.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat secara teoritis:
 - a. Dengan diketahuinya *dzikir* dapat meningkatkan kontrol diri, maka diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan rujukan dan pedoman atau bahan kajian bagi usaha-usaha pembahasan lanjutan maupun tujuan yang relevan.
 - b. Sebagai bahan untuk memperkaya khasanah ilmu pengetahuan di bidang psikologi, khususnya psikologi Islami. Bila penelitian ini terbukti, maka hal ini menegaskan bahwa *dzikir* memiliki efek-efek psikologis yang positif dalam kehidupan manusia. Selain itu, bila penelitian ini terbukti, maka ia dapat mendukung teori-teori psikologi, khususnya kesehatan mental, bahwa ketenangan hidup seseorang ternyata dipengaruhi oleh hal-hal spiritual.

2. Manfaat secara praktis:

Diharapkan agar remaja sebagai calon kader pimpinan masyarakat dapat menyesuaikan diri dan menerima suatu tekanan dan problema dalam kehidupannya. Pendekatan diri pada Allah SWT dalam bentuk berdzikir dapat menyelesaikan masalah-masalah remaja ke arah yang lebih positif, mengingat pendekatan diri pada Allah telah banyak disarankan sebagai suatu pilihan untuk menghadapi berbagai problema yang sedang dihadapi.

