

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepanjang hayat hidup tanpa mengenal dimana manusia bertempat pasti ada pendidikan. Melalui pendidikan kita mampu menciptakan berbagai aspek dan keinginan di dalam kehidupan. Pendidikan sebagai belajar pembangun insan yang mencetuskan bibit unggul peradaban bangsa. Menurut Lisma (2019), belajar merupakan suatu proses yang panjang dan rumit serta membutuhkan usaha dan energi secara berkesinambungan. Adapun permasalahan yang muncul dalam belajar, biasanya dapat disebabkan dari berbagai faktor seperti lingkungan sekolah, pendidik, sarana dan prasarana dan lain sebagainya. Hal tersebut bisa dikatakan sebagai faktor eksternal, namun yang paling penting adalah faktor internal dari dalam diri peserta didik itu sendiri. Dikarenakan adanya faktor internal membuat peserta didik mempunyai dorongan kuat yang disertai adanya perasaan senang dan keinginan untuk meningkatkan hasil belajar.

Minat belajar merupakan sikap ketaatan dalam kegiatan proses belajar, baik yang menyangkut perencanaan jadwal belajar yang dimilikinya maupun inisiatif dirinya sendiri melakukan usaha tersebut dengan bersungguh-sungguh dalam belajar (Andriani & Rasto, 2019). Minat belajar yang tinggi akan memudahkan siswa dalam mencapai tujuan belajar. Sedangkan rendahnya minat belajar dapat mengakibatkan kurangnya rasa ketertarikan seseorang terhadap suatu bidang tertentu, bahkan dapat melahirkan sikap penolakan kepada guru (Armania, Eftafiyana & Sugandi, 2018). Pada kegiatan pembelajaran di kelas, minat belajar tentunya perlu ditumbuhkan agar tujuan sasaran pendidikan yang akan dituju segera tercapai. Minat belajar yakni dorongan peserta didik untuk berpartisipasi pada kegiatan akademik yang ditampakkan dari kesungguhan, keinginan dan semangat belajarnya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hanafi Nilifda, dkk tahun 2016 dilaksanakan terhadap 177 orang mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2010 didapatkan hasil hampir dari setengah

mahasiswa mengalami kualitas tidur yang buruk dan kurang dari setengah mahasiswanya memiliki prestasi akademik yang kurang baik, hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kualitas tidur terhadap prestasi akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2010 (Nilifda et al., 2016).

Hasil dari wawancara terhadap ustadz Dwi Rahmatun terkait pembelajaran dan kendala dipesantren sering diberikan motivasi dan terbenturnya dengan kegiatan intern pondok pesantren sangat berpengaruh penuh terhadap pengembangan diri/minat dalam belajar di sekolah non formal terlebih formal, dengan menindaklanjuti informasi yang didapatkan dari Pengurus Pondok Pesantren Nurul Amin Sentolo Kulon Progo Yogyakarta, pola tidur yang teratur dan kedisiplinan dalam membagi waktu sangat diharapkan bagi lembaga guna untuk menunjang pendidikan. Pola tidur memegang peran penting terhadap minat dan prestasi peserta didik. Perolehan hasil belajar tentu saja berbeda antara peserta didik yang banyak begadang dan yang teratur pola tidurnya.

Tidur adalah kondisi tidak sadar yang dipicu oleh respon tubuh alami yang merupakan kebutuhan pokok semua manusia yang harus dipenuhi dan tidak boleh dilewatkan. Saat tidur kita menganggap bahwa kita hidup dalam keadaan pasif dan keadaan tidur. (Martini dkk, 2018). Setiap orang memiliki pola tidur yang merupakan periode tidur yang terdiri atas jadwal onset dan bangun tidur, ritme tidur, frekuensi tidur harian, pemeliharaan status tidur, dan kepuasan tidur yang relatif tetap. Faktor yang Mempengaruhi pola tidur adalah usia dan situasi (Hazrina dkk, 2019). Untuk memecahkan masalah berkaitan dengan pola tidur tentu dapat dilakukan. Dalam lingkup masyarakat pola tidur yang baik sangat bermanfaat, terlebih pola tidur didalam pesantren yang mempunyai banyak kegiatan dan dituntut untuk memanage waktu se detile mungkin karena pesantren adalah tempat menimba ilmu yang melibatkan waktu yang maksimal dalam belajar dan melibatkan masyarakat sekitar.

Dampak yang terjadi bila seseorang mengalami pola tidur yang buruk seseorang akan mengalami berbagai hal negatif seperti rentan mengalami kecelakaan, masalah kesehatan fisik, gangguan memori dan pembelajaran, beresiko

tinggi mengalami obesitas serta masalah kesehatan mental (Irfan, Aswar, & Erviana, 2020). Kurangnya kebutuhan tidur akan berdampak pada menurunnya kemampuan untuk berkonsentrasi, berpartisipasi dalam aktivitas sehari-hari dan membuat keputusan (Arifin Z & Etlidawati, 2020).

Kualitas tidur yang buruk merupakan salah satu masalah kesehatan. Prevalensi kualitas tidur yang buruk terjadi pada remaja di Amerika Serikat. Remaja perempuan memiliki prevalensi kualitas tidur yang buruk mencapai 71,3% dan pada remaja laki-laki sebesar 66,4%. Di Indonesia sebanyak 44,4% mahasiswa memiliki kualitas tidur yang baik sedangkan 55,6% memiliki kualitas tidur yang buruk (Arifin & Etlidawati, 2020). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Apriana, (2015) di Yogyakarta didapatkan hasil bahwa sebanyak 46% remaja memiliki kualitas tidur yang baik dan 54% remaja memiliki kualitas tidur yang buruk (Baso, Langi, & Sekeon, 2018).

Pondok pesantren adalah wadah bagi santri untuk menimba ilmu, khususnya yaitu ilmu agama. Selain sebagai wadah menimba ilmu, pesantren juga sebagai wadah menjalin solidaritas semua lapisan masyarakat tanpa memandang kelas sosial masing-masing. Ahli mengemukakan bahwa pesantren awal mula Islam masuk ke Indonesia menjadi awal berdirinya pesantren di Indonesia. Pesantren terus eksis dan berkembang mengikuti dinamika masyarakat hingga saat ini. Pesantren memegang peranan yang sangat penting. Menurut Nafi' dkk, peran utama Pesantren adalah sebagai lembaga pendidikan. Pada saat yang sama, pesantren sebagai lembaga bimbingan agama, beasiswa, dan pendidikan sosial, dan pada saat yang sama menjadi simpul pengembangan budaya. (Muhtohar dan Anam, 2013).

Pondok Pesantren Nurul Amin Sentolo Kulon Progo Yogyakarta adalah Pondok salaf di Desa Srikayangan, dengan santri mukim 120 dan santri non mukim 150 santri. Pondok ini juga menempuh belajar di sekolah umum. Pondok ini juga menerima pembelajaran untuk remaja, orang tua, maupun lansia, namun kendala-kendala seperti kurangnya waktu / jadwal istirahat itu masih banyak dijumpai, baik dikalangan santri mukim yang menempuh pendidikan formal.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan wawancara dengan Ustd, Dwi Rohmatun, selaku pengurus pondok pesantren pada hari Jum'at tanggal 05

November 2021). Pondok Pesantren Nurul Amin Sentolo Kulon Progo Yogyakarta menjadi pusat pembelajaran atau wadah menimba ilmu agama bagi sekolah dasar yang ada di Desa Srikayangan Sentolo Kulon Progo Yogyakarta. Meskipun pengaruh pola tidur yang teratur terlihat kurang tinggi namun masih saja minim ketertarikan dalam belajar didalam sekolah umum. Pondok pesantren berlatar belakang salaf (kurikulum pendidikan yang digunakn kitab-kitab kuno dan pembelajaran yang tradisional), pondok pesantren Nurul Amin memiliki santri tetap (penduduk asli) dan santri kalong (penduduk pendatang), pondok pesantren ini menampung santri baik usia muda hingga lansia. Meskipun masing-masing dikategorikan dalam kelas yang berbeda sesuai dengan jurusannya (Al-Quran/kitab) sistem pengajaran yang ada di pondok pesantren Nurul Amin yaitu (ceramah, sorogan, kitab kuning, ekstra hadroh, qiroah, qitobah) dan lain-lain.

Pondok Pesantren Nurul Amin Sentolo Kulon Progo Yogyakarta tidak mempunyai pendidikan formal, melainkan pendidikan non formal, Pesantren Nurul Amin bersifat terbuka artinya masyarakat dan santri bisa berbaur secara terbuka asal masih lingkup pesantren/berkontribusi langsung didalam masyarakat yang tidak keluar dari peran pesantren, seperti , hajatan, aqiqahan, khitanan, dan lain-lain. Minimnya kesadarannya dalam pendidikan umum bagi pesantren terlihat dari antusias santri terhadap pembelajaran sekolah dan kurang bisa memanajemen waktu, karena padatnya kegiatan di pesantren meskipun sudah ada toleransi untuk santri yang menempuh pendidikan formal diluar pesantren namun tetap saja kurang memperhatikan prestasi dan kurangnya minat santri dapat dikatakan sangat dipengaruhi terhadap tingginya pola tidur yang teratur dikarenakan kelelahan dalam jasmani dan rohani sangat mempengaruhi minat belajar santri, meskipun sudah diberi dorongan dan motivasi tetap saja sama. Adapun permasalahan mengenai minat belajar/ menunjang prestasi belajar santri, pola tidur sangat berpengaruh soalnya di pesantren Nurul Amin ini jadwal sangat padat dan mereka harus pintar manage waktu atau disiplin.

Atas pemaparan permasalahan diatas maka, peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan pola tidur dengan minat belajar santri di Pondok Pesantren Nurul Amin Sentolo Kulon Progo Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apakah ada hubungan pola tidur dengan minat belajar santri di Pondok Pesantren Nurul Amin Sentolo Kulon Progo Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum untuk mencari tahu hubungan pola tidur dengan minat belajar santri di Pondok Pesantren Nurul Amin Sentolo Kulon Progo Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya pola tidur santri di Pondok Pesantren Nurul Amin Sentolo Kulon Progo Yogyakarta.
- b. Diketuainya minat belajar santri di Pondok Pesantren Nurul Amin Sentolo Kulon Progo Yogyakarta.
- c. Diketuainya hubungan pola tidur dengan minat belajar santri di Pondok Pesantren Nurul Amin Sentolo Kulon Progo Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangsih yang berguna untuk kemajuan teori pola tidur dan juga minat belajar sehingga dapat meningkatkan mutu pendidikan terutama dalam belajar santri Nurul Amin Sentolo Kulon Progo.

2. Manfaat Praktis

Dari segi kepraktisan disajikan empat manfaat, yaitu:

- a. Bagi Santri Pondok Pesantren Nurul Amin Sentolo Kulon Progo Yogyakarta. Diharapkan bermanfaat untuk acuan pertimbangan meningkatkan prestasi belajar.
- b. Bagi pengelola Pondok Pesantren Nurul Amin Sentolo Kulon Progo Yogyakarta. Sebagai masukan atau referensi strategis dalam mengoptimalkan pembelajaran yang ada di dalam pondok pesantren.
- c. Bagi Universitas Jenderal Achmad Yani Menambah khazanah keilmuan dan dapat digunakan untuk tinjauan penelitian selanjutnya.
- d. Bagi peneliti selanjutnya yang memberikan masukan di bidang penelitian yang relevan, khususnya pola tidur dengan minat belajar santri.