

HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL - BEING* PADA SISWA SANTRI MADRASAH ALIYAH 1 YAYASAN PONDOK PESANTREN FUTUHIYYAH MRANGGEN KABUPATEN DEMAK

Muhamad Latifun Nadzif

15010115140156

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

ABSTRAK

Seorang siswa santri dengan banyaknya kegiatan dan aktivitas sehari-hari tentu akan mengakibatkan tekanan atau stres dalam dirinya. Keadaan yang menekan pada dirinya akan mempengaruhi tinggi rendahnya *psychological well-being*. *Psychological well-being* merupakan sikap positif dimana individu mampu menghadapi berbagai hal yang memicu permasalahan dalam kehidupannya. Sikap positif pada siswa santri berkaitan dengan tipe kepribadian yang tidak mudah tertekan dan rentan jika menghadapi permasalahan dan aktivitas pada dirinya. Tipe kepribadian dengan karakteristik tersebut disebut dengan *hardiness*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan *psychological well-being* pada siswa santri. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa santri pada Madrasah Aliyah 1 Pondok Pesantren Futuhiyyah Mranggen yang berjumlah 12 kelas (397 siswa santri) dengan sampel penelitian sebanyak 6 kelas (189 siswa santri). Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu teknik *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala *hardiness* (38 aitem, $\alpha = 0,913$) dan skala *psychological well-being* (37 aitem, $\alpha = 0,911$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *hardiness* dengan *psychological well-being* pada siswa santri Madrasah Aliyah 1 Futuhiyyah Mranggen sebesar $r_{xy} = 0,587$ dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,001$). Artinya semakin tinggi *hardiness*, maka semakin tinggi *psychological well-being*. *Hardiness* memberikan sumbangan efektif sebesar 34,5% terhadap *psychological well-being*.

Kata Kunci: Hardiness, Psychological Well-Being, Siswa Santri

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Negara Indonesia memiliki berbagai macam jenis pendidikan dimana seseorang dapat menentukan pilihan yang baik bagi dirinya untuk menuntut dan mencari ilmu salah satunya lembaga pendidikan yang ada di Indonesia yaitu lembaga pendidikan Islam atau biasa disebut dengan pondok pesantren. Sebagai Negara yang mayoritas penduduknya beragama Islam, keberadaan pondok pesantren dapat menjadi magnet tersendiri yang disegani dan menjadi pilihan utama bagi masyarakat yang ingin memperdalam ilmu agama Islam. Data dari Kementerian Agama Republik Indonesia tahun 2016 di lansir dari website (pbsb.ditpdpontren.kemenag, 2018) menunjukkan bahwa jumlah santri pondok pesantren di seluruh Indonesia mencapai 3.962.700 santri yang tersebar di 25.938 pondok pesantren. Jumlah ini menunjukkan bahwa minat masyarakat Indonesia terhadap lembaga pendidikan pondok pesantren cukup tinggi angkanya.

Menurut Qomar (2006) pondok pesantren adalah suatu tempat pendidikan dan pengajaran yang berfokus utama pada pelajaran agama Islam yang didukung sebuah asrama sebagai tempat tinggal para santri. Para peserta didik di pondok pesantren biasanya disebut dengan santri yang tinggal di asrama tersebut dengan dipisahkan antara laki-laki dan perempuan tidak tinggal dalam satu gedung bangunan, namun ada juga yang tidak tinggal di asrama (pemandokan) komplek pesantren, mereka biasanya berasal dari warga sekitar sekeliling pesantren yang datang sewaktu-waktu biasa dikenal dengan istilah santri kalong (Qomar, 2002).

Pondok pesantren termasuk pendidikan Islam tertua di Indonesia eksistensinya ditegah masyarakat tidak perlu diragukan kembali yaitu saling mengisi antara satu dengan yang lain, oleh karena itu keberadaan pondok pesantren merupakan bagian sejarah dari bangsa Indonesia. Kedudukan pondok pesantren dalam sistem pendidikan Indonesia diatur dalam UU Sisdiknas No. 20 Tahun 2003 tentang pendidikan keagamaan pasal 30 menegaskan: “(1) Pendidikan keagamaan diselenggarakan oleh pemerintah dan/atau kelompok masyarakat dari pemeluk agama tersebut, sesuai dengan peraturan perundang-undangan. (2) Pendidikan keagamaan berfungsi mempersiapkan peserta didik menjadi anggota masyarakat yang memahami dan mengamalkan nilai-nilai ajaran agamanya dan/atau menjadi ahli ilmu agama. (3) Pendidikan keagamaan dapat diselenggarakan pada jalur pendidikan formal, nonformal, dan informal. (4) Pendidikan keagamaan berbentuk pendidikan diniyah, pesantren, pasraman, pabhaja, samanera, dan bentuk jenis lainnya.”

Keberadaan pondok pesantren juga diperkuat dalam PP (Peraturan Pemerintah) No. 55 tahun 2007 pasal 1 poin 4 yang mendefinisikan tentang pondok pesantren dengan bunyi: “Pesantren atau pondok pesantren adalah lembaga pendidikan keagamaan Islam berbasis masyarakat yang menyelenggarakan pendidikan diniyah atau secara terpadu dengan jenis pendidikan lainnya.”

Pondok pesantren yang merupakan sebagai lembaga pendidikan di Indonesia memiliki peran penting dan tanggung jawab terhadap proses pencerdasan bangsa dan secara khusus pondok pesantren juga bertanggung jawab atas tradisi keagamaan (Islam) dalam kehidupan masyarakat, hal ini menunjukkan bahwa pondok pesantren selain sebagai lembaga pendidikan dan lembaga penyiaran dakwah juga sebagai lembaga sosial. Pondok pesantren juga merupakan komunitas peradaban yang memiliki kekhasan tersendiri yang terdiri ada kyai sebagai pengasuh dan pimpinan, ada ustadz sebagai pengajar, ada santri atau peserta didik, ada asrama sebagai tempat tinggal dan ada langgar atau masjid sebagai pusat poros pembelajaran dan pengajaran tersebut (Qomar, 2002). Peserta didik atau santri didalam pesantren selain diberikan pembinaan moral akhlak, kemandirian, dan penanaman nilai-nilai agama Islam.

Di Era kemajuan teknologi dan informasi seperti sekarang ini mereka juga diberikan ilmu pengetahuan umum hal ini menjadi salah satu kemampuan pondok pesantren dalam membawa angin segar mengikuti perkembangan modernitas tanpa meninggalkan ciri khasnya. Jenjang pendidikan di pondok pesantren berbeda dengan sekolah formal lainnya, misalnya di lansir dalam artikel (lirboyo.net, 2011) pada pondok pesantren Lirboyo Kediri jenjang pendidikan tersebut terdiri dari: MI (Madrasah Ibtida'iyah), MTS (Madrasah Tsanawiyah), MA (Madrasah Aliyah) dan Madrasah I'dadiyah. Saat ini, pendidikan di pesantren menjadi tengah di gandrungi para orangtua yang merasa resah oleh perkembangan zaman di kalangan remaja. Mereka menilai jika anaknya berada di pesantren, maka akan aman dari pengaruh-pengaruh negatif pergaulan remaja saat ini.

Budiman (2017) menyebutkan tiga alasan kenapa sebaiknya orangtua memilih pesantren sebagai sarana pendidikan anaknya. Pertama, pesantren tidak hanya mengajarkan ilmu pengetahuan tapi juga pengetahuan agama yang lebih mendalam di sana juga mereka belajar kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual selama mondok (tinggal di asrama). Kedua, dampak negatif dari arus globalisasi yang tengah melanda dunia juga bisa lebih di kontrol dan terlindungi. Memang hal ini tidak menjamin bahwa santri akan terhindar dari arus globalisasi, tapi setidaknya dibanding dengan di sekolah non pesantren, mereka akan lebih baik. Ketiga, pesantren melatih santri untuk hidup mandiri. Mereka akan bersosialisasi dan berinteraksi dengan teman-temannya dari berbagai daerah dan mereka terbiasa untuk melayani diri mereka sendiri.

Kegiatan yang dilakukan oleh santri cukup padat, menurut Ali dkk (2007) ada berbagai macam-macam kegiatan transfer ilmu pembelajaran yang terdapat di pondok pesantren yaitu: pengajian kitab klasik, pengajian Al-Qur'an, pengajian akbar, pengajian kilatan, bahtsul masail, lalaran, hafalan, nadhoman, ceramah klasikal dan khitobah. Aktivitas-aktivitas tersebut sudah menjadi kegiatan rutinan sehari-hari dan mereka memiliki keberagaman tinggi berasal dari latar belakang yang berbeda dari daerah masing-masing bahkan beberapa berasal dari budaya bahasa yang berbeda, serta tingkatan ekonomi dan umur yang beragam juga, namun pada kenyataannya tidak semua santri pondok pesantren mampu untuk menjalani dengan baik banyaknya kegiatan pesantren dan peraturan pondok pesantren yang ketat. Belum lagi tuntutan untuk mandiri dan mampu berinteraksi dengan orang lain beragam karakternya. Bentuk dari ketidakmampuan mereka dalam menghadapi

tekanan-tekanan tersebut dapat berupa pelanggaran-pelanggaran peraturan pesantren, membolos, nilai yang rendah, bahkan dapat mempengaruhi kondisi fisik dan psikis santri. Fakta-fakta tersebut yang melanggar peraturan pondok pesantren menunjukkan ada permasalahan yang berkaitan dengan penguasaan lingkungan dan penerimaan diri. Berdasarkan aspek *psychological well-being* (Wells, 2010) menunjukkan bahwa penguasaan lingkungan dan penerimaan diri merupakan salah satu aspek yang mempengaruhi tinggi rendahnya *psychological well-being*.

Pada Jawa Tengah bisa terbilang cukup banyak yayasan pondok pesantren, salah satunya di Kabupaten Demak terdapat yayasan pondok pesantren yang memiliki peminat tinggi di Jawa Tengah adalah yayasan pondok pesantren Futuhiyyah. Dilansir dalam website Futuhiyyah (2008) disebutkan yayasan pondok pesantren tersebut terletak di Mranggen Kabupaten Demak. Pondok pesantren Futuhiyyah berdiri sejak tahun 1901. Santri pondok pesantren Futuhiyyah berasal dari berbagai daerah seperti: Jawa, Sumatera, Sulawesi dan NTT dan lain-lain yang jumlahnya kurang lebih sekarang mencapai 5000 santri. Yayasan pondok pesantren Futuhiyyah mengelola dan memiliki beberapa lembaga pendidikan keagamaan dan umum sebagai berikut: Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA), Taman Kanak-Kanak (TK) Masyitoh, Madrasah Ibtidaiyah (MI), Madrasah Tsanawiyah 1 (MTS 1 Putra) dan (MTS 2 Putri), Madrasah Aliyah (MA 1 Putra) dan (MA 2 Putri), Sekolah Lanjutan Pertama (SLTP), Sekolah Menengah Atas (SMA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Kurikulum yang digunakan di pendidikan formal tersebut mengacu kepada kurikulum Kementerian Agama Republik Indonesia untuk MI, MTS dan MA. Sedangkan untuk SLTP dan SMU

menggunakan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. Khusus untuk Madrasah Aliyah 1, di samping menggunakan kurikulum Kementerian Agama Republik Indonesia juga menggunakan kurikulum pesantren.

Berdasarkan tanya jawab dengan salah satu pengurus dan pengajar MA 1 yayasan pondok pesantren Futuhiyyah memiliki banyak aktivitas dan kegiatan yang padat setiap harinya dan memiliki beberapa aturan-aturan yang sangat tegas yang wajib dipatuhi oleh siswa santrinya. Aturan tersebut antara lain: tidak boleh membawa alat komunikasi, gadget, keluar meninggalkan pondok tanpa izin, wajib mengikuti sholat jamaah, madrasah diniyah, puasa, tidak boleh bertemu dengan siswa santri lawan jenis jika tidak ada kepentingan dan mengikuti kegiatan-kegiatan keagamaan lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa sebagai seorang siswa santri dituntut untuk dapat membagi waktunya antara kegiatan sekolah dan kegiatan pondok pesantren serta harus dapat menyesuaikan dirinya dengan corak kehidupan di pondok pesantren.

Wells (2010) menyebutkan salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah dukungan sosial dirinya dengan orang lain dan bagaimana berhubungan sosial dengan sekelilingnya. Selain itu menurut Rathi dan Rastogi (2007) menyebutkan keadaan yang menekan dan menjadikan stres yang dialami seseorang merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingginya rendahnya psychological well-being pada seseorang. Tentunya seorang santri harus dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya, menjalani hal itu semua dan harus siap untuk tahan banting dari semua aktivitas-aktivitasnya serta dapat menjaga

dirinya dari berbagai tekanan masalah yang mungkin terjadi di lingkungan pondok pesantren. Hal ini bertujuan agar mereka dapat terhindar dari masalah-masalah yang mempengaruhi *psychological well-being* para siswa santri, bisa merasakan kenyamanan, kerasan, senang dan bahagia serta terciptanya kesejahteraan psikologis bagi mereka selama di pondok pesantren.

Kebahagiaan merupakan hasil *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) yang merupakan tujuan tertinggi yang ingin dicapai semua manusia. Kesejahteraan psikologis dan kebahagiaan merupakan ranah kajian ilmu psikologi positif dengan mencoba melihat peristiwa dari kaca mata positif ditengah ketidakmampuan dan ketidakberdayaan individu, mereka selalu dapat memandang hidup secara positif, memandang bahwa manusia adalah makhluk yang dapat memaksimalkan potensi yang dimilikinya untuk menjalani kehidupannya. Psikologi positif berpusat pada makna hidup yaitu bagaimana seseorang memaknai hidupnya dari segala hal yang terjadi pada dirinya (Compton & Hoffman, 2005). Aristoteles (dalam Bornstein, Davidson, Keyes, Moore, 2008) berpendapat bahagia tidak hanya didapatkan dengan cara mencari kenikmatan dan menghindari rasa yang tidak enak atau terpenuhinya segala kebutuhan individu, melainkan tindakan kongkret untuk dapat mengaktualisasikan potensi diri yang dimiliki.

Penelitian mengenai psikologi positif dalam beberapa tahun ini menjadi topik yang hangat khususnya tentang kebahagiaan yang dikembangkan oleh Seligman (2000), yaitu bagaimana individu menilai kesejahteraan dan kebahagiaan

kehidupannya menurut dirinya sendiri. Dalam penelitian ini peneliti akan memfokuskan tentang *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis. Menurut Razulzada (2007) mengatakan bahwa individu-individu yang memiliki kesejahteraan psikologis dirinya mampu untuk menerima kekurangan dan kelebihan pada dirinya, dapat dipercaya dalam hubungan interpersonalnya, dapat mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya, memiliki tujuan hidup yang jelas, mampu secara mandiri terhadap kehidupannya, dan dapat melakukan sesuatu terhadap lingkungannya.

Ryff (dalam Papalia, Olds, dan Feldman, 2009) juga mengemukakan bahwa orang yang sehat secara psikologis adalah orang yang memiliki sikap positif terhadap dirinya dan orang lain. Sikap positif ini ditandai dengan keadaan individu dapat menerima dirinya secara apa adanya, dapat membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mempunyai kemandirian terhadap tekanan sosial, mampu mengendalikan lingkungan eksternal, mempunyai arti makna hidup, serta dapat merealisasikan potensi dirinya secara *kotinyu* (Hales dan Hales, dalam Wells, 2010). Dari penjabaran itu artinya kesejahteraan psikologis sangat berhubungan dengan kepribadian. Terdapat tipe kepribadian tertentu yang rentan dan mudah tertekan jika menghadapi hal-hal yang dapat menimbulkan tekanan dari aktivitasnya, tetapi ada juga tipe kepribadian lain yang mempunyai kemampuan dan daya tahan terhadap hal-hal yang memberikan tekanan dalam aktivitasnya. Tipe kepribadian yang seperti itu disebut *hardiness*.

Kepribadian tahan banting (*hardiness*) atau kepribadian tangguh adalah kepribadian yang dapat menilai situasi tidak mengancam atau mengancam menjadi kurang menakutkan, sehingga meminimalkan timbulnya tekanan yang diterima. Individu dengan *hardiness* juga lebih percaya diri dan memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menggunakan coping aktif dan dukungan sosial serta kesempatan yang ada, sehingga membantunya mengatasi tekanan yang akan dialaminya (Florian dalam Wicaksono, 2016).

Penelitian berkaitan *hardiness* dan *psychological well-being* pada santri penting dilakukan karena didalam kehidupan pondok pesantren banyak aktivitas-aktivitas dan tugas yang dilakukannya dari mulai kegiatan sekolah dan kegiatan pondok pesantren. Selain itu dirinya harus menyesuaikan kepribadian dirinya dengan tekanan-tekanan pada orang lain dan di lingkungan pondok pesantren. Penelitian berkaitan dengan *psychological well-being* pada santri pernah dilakukan oleh Karimah, (2016) yang menghasilkan kesimpulan bahwa santri dengan *psychological well-being* yang tinggi maka akan berdampak positif pada *self-regulated learning* yaitu: dalam menyelesaikan tugasnya mengikuti pendidikan di pondok pesantren, begitu sebaliknya jika santri dengan *psychological well-being* yang rendah maka akan berdampak negatif pada *self-regulated learning* yaitu: penyelesaiannya dalam mengerjakan tugas dan mengikuti kegiatan di pondok pesantren. Hal ini menunjukkan bahwa individu yang dapat mengatur dan mengelola kegiatannya baik dalam kegiatan sekolah dan kegiatan pondok pesantren akan merasakan kesejahteraan psikologisnya.

Abollahi, Talib, Yaccob, dan Ismail (2014) menyatakan bahwa individu dengan *hardiness* dapat meningkatkan rasa kebahagiaan, mengurangi tekanan yang dirasa dan berkontribusi terhadap kesehatan mental dan fisik, serta dapat memperbaiki kepuasan hidupnya. *Hardiness* dapat menilai, mengontrol dan menantang situasi stres yang dirasakan, serta meresponnya secara efektif sehingga dapat menciptakan sebuah lingkungan hidup yang sehat. Berdasarkan penelitian Maburi (2007) mengenai hubungan antara kepribadian tangguh (*hardiness*) dan religiusitas dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada korban bencana alam di Yogyakarta. Pada penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa ada hubungan positif antara kepribadian tangguh, religiusitas dengan kesejahteraan psikologis korban bencana alam. Menurut Kobasa (dalam Wicaksono, 2016) *hardiness* merupakan suatu karakter kepribadian yang membuat individu menjadi lebih kuat, stabil, dan optimis dalam menghadapi stres dan mengurangi efek negatif dari munculnya stres yang harus dihadapinya.

Dari uraian diatas, maka siswa santri untuk dapat menyelesaikan dan menjalankan kewajibannya yaitu untuk mengikuti kegiatan sekolah formal maupun non formal dalam keseharian kegiatan di pondok pesantren maka haruslah memiliki suatu kepribadian tahan banting (*hardiness*) agar para siswa santri dapat *survive* melaksanakan dan mengerjakan kewajiban tersebut serta menyelaraskan hasil yang dicapai. Atas dasar permasalahan diatas dan melihat paparan fenomena yang terjadi dalam lingkungan yayasan pondok pesantren, peneliti tertarik untuk melakukan

penelitian dengan tema *hardiness* dengan *psychological well-being* pada siswa santri di yayasan pondok pesantren Futuhiyyah Mranggen Kabupaten Demak. Maka untuk mempertajam, kiranya penulis perlu melakukan pembatasan masalah dan merumuskan masalah yang disimpulkan dalam judul penelitian yaitu: “Hubungan antara *Hardiness* dengan *Psychological Well-Being* pada Siswa Santri Madrasah Aliyah 1 Yayasan Pondok Pesantren Futuhiyyah Mranggen Kabupaten Demak”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: apakah terdapat hubungan antara *hardiness* dengan *psychological well-being* pada siswa santri Madrasah Aliyah 1 Yayasan Pondok Pesantren Futuhiyyah Kabupaten Demak.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan penelitian ini yaitu: untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan *psychological well-being* pada siswa santri Madrasah Aliyah 1 Yayasan Pondok Pesantren Futuhiyyah Kabupaten Demak.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan mampu menjadi informasi tambahan dan sumbangan manfaat untuk pengembangan ilmu psikologi, khususnya di bidang Psikologi Perkembangan, Psikologi Pendidikan, dan Psikologi Positif.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan mengetahui manfaat mengenai hubungan antara *hardiness* (kepribadian tangguh) dengan *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis).

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi dan menjadi masukan referensi pendukung peneliti tentang hubungan *hardiness* dengan *psychological well-being* pada siswa santri untuk dikembangkan bagi penelitian selanjutnya.