

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Pada masa globalisasi dikala ini sumber energi manusia yang bermutu ialah salah satu peninggalan berharga dalam suatu organisasi, sebab bisa mengatur, mengelola, mempertahankan dan melakukan proses dalam rangka menggapai tujuan yang sudah di tetapkan secara efisien serta efektif(Hamalik, 2006). Sumber energi manusia di dalam bidang pembelajaran ialah segala sesuatu yang dipergunakan dalam penyelenggaraan pembelajaran, salah satu penyelenggaraan pendidikan dalam perihal ini ialah pembelajaran di pondok pesantren. Menurut Chirsin (Mahrussalim, 2008) pembelajaran di pondok pesantren merupakan sesuatu aktivitas belajar yang menuju kepada pembinaan manusia sebagai insan muslim yang berbekal iman serta dilatih meningkatkan diri menjadi warga yang senantiasa menghadapi perkembangan serta pertumbuhan secara dinamis.

Pendidikan pesantren merupakan pembelajaran agama Islam yang diawali semenjak munculnya warga Islam di Nusantara pada abad ke- 13. Pada tahun 1970-an, pesantren menghadapi pertumbuhan yang signifikan (Masyhud, 2003). Menurut data Kementerian Agama RI pada tahun 2001, jumlah pesantren di Indonesia menggapai 11.312. Pada tahun 2011, Kementerian Agama RI menyatakan jumlah pondok pesantren di Indonesia mencapai 15.489. Angka tersebut meliputi pesantren salafiya, tradisional serta modern. Sedangkan jumlah pondok pesantren di D.I. Yogyakarta saat ini mempunyai 319 pondok pesantren.

Salah satunya merupakan Pondok Pesantren Modern Miftahunnajah di Yogyakarta (Darmadji, 2011).

Menurut Qomar (2002) pondok pesantren merupakan sebuah tempat pembelajaran serta pengajaran yang fokus utama pada pelajaran agama Islam yang didukung tempat tinggal sebagai asrama para santri serta santriwati. Santri serta santriwati pondok pesantren merupakan peserta didik yang sedang belajar ilmu pengetahuan dari seseorang kyai di suatu pondok pesantren (Geertz, 1981). Santri serta santriwati jika dilihat dari umur, terletak pada rentang 10-20 tahun yang biasa disebut dengan masa remaja yang dimana merupakan salah satu faktor penting dalam sesuatu interaksi dalam aktivitas pembelajaran yang diisyarati oleh konflik serta pergantian atmosfer hati serta benak (Sarwono, 2010).

Aktivitas di pondok pesantren mewajibkan setiap santri serta santriwati mengikuti aktivitas yang sudah ditetapkan pihak pesantren dari belajar, shalat berjamaah, makan bersama serta aktivitas lain yang sudah ditetapkan pihak pondok pesantren. Setiap santri serta santriwati dituntut supaya bisa membiasakan diri dengan berbagai macam aktivitas di pondok pesantren, sehingga membuat para santri serta santriwati merasa jenuh dengan aktivitas yang terdapat di pondok pesantren. Kegiatan-kegiatan tersebut menyebabkan para santri ataupun santriwati merasa tertekan hingga stress karena tidak bisa membiasakan diri di pondok pesantren. Dalam usaha menghadapi problema yang dialami tersebut, individu dapat memperoleh pengalaman-pengalaman baik pengalaman yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan, yang akan pengaruhi kesejahteraan psikologis ataupun *psychological well being* (Halim& Atmoko, 2005).

Menurut Ryff (1989) *psychological well being*, merupakan konstruksi multidimensional yang tercipta dari perilaku hidup seorang. Ryff (1989) mendefinisikan *psychological well being* melalui sebagian perspektif seperti konsep *self actualization* (aktualisasi diri) dari Maslow (1968), pandangan Rogers (1961) tentang *fully functioning*

person, konsep (individuasi) dari Jung (1933; Von Franz, 1964), serta konsep Allport (1961) tentang *maturity* (kematangan). Ryff (1989) menyatakan bahwa *psychological well being* ialah suatu konsep yang berkaitan dengan apa yang dialami orang dari kegiatan dalam kehidupan setiap hari yang menuju pada pengungkapan perasaan-perasaan individu atas apa yang dialami sebagai hasil dari pengalaman hidupnya.

Menurut Ryff (1985) terdapat enam aspek dari *psychological well being*. Enam aspek ini tidak lepas dari penggabungan Ryff dari berbagai teori yang menjadi rumusan dasar *psychological well being*. *Psychological well being* ialah kondisi seorang yang memiliki kemampuan untuk bebas dari tekanan serta masalah-masalah mental dan menerima diri sendiri ataupun kehidupannya di masa lalu (*self- acceptance*), pengembangan ataupun perkembangan diri (*personal growth*), kepercayaan kalau hidupnya bermakna serta mempunyai tujuan (*purpose in life*), mempunyai hubungan positif dengan orang lain (*positive relationship with other*), kapasitas untuk mengukur kehidupannya serta lingkungannya secara efisien (*enviromental mastery*), serta keahlian buat memastikan aksi sendiri (*autonomy*) (Ryff, 1989). Dalam konsep Ryff (1985) *psychological well being* yang baik akan mempunyai nilai positif terhadap keenam aspek di dalam dirinya.

Ryff dan Singer (1996), tingkatan kesejahteraan psikologis yang besar menampilkan kalau orang mempunyai ikatan yang baik dengan area sekitarnya, mempunyai keyakinan diri yang baik, bisa membangun ikatan interpersonal yang baik dengan orang lain, serta orang tersebut mempunyai tujuan individu, dan tujuan dalam pekerjaannya. Ryff(1989) berkata kalau buat menggapai kesejahteraan psikologis hingga orang wajib bisa berperan secara positif(*positive psychological functioning*). Santri yang mempunyai kesejahteraan psikologis merupakan siswa yang mempunyai dampak positif dalam emosi ataupun atmosfer hati,

sehingga timbul kepuasan terhadap diri sendiri ataupun dalam berhubungan dengan orang lain, dan sanggup berperan secara efisien di sekolah (Prasetyaningrum et angkatan laut(AL)., 2021).

Hasil penelitian dari Miestro dan Hawadi (2012) menyatakan bahwa remaja dengan kesejahteraan psikologis yang besar dapat merasakan kebahagiaan, bebas dari tekanan pikiran, menyelesaikan permasalahan dengan efisien serta mempunyai komitmen terhadap pencapaian di bidang akademis. Rathi dan Rastogi (2007) meningkatkan, membawa tekanan pikiran, kesehatan raga, serta keakraban dengan orang lain bisa pengaruhi besar rendahnya *psychological well being* pada seorang. Santri serta santriwati yang mempunyai *psychological well being* yang baik sanggup bersikap positif dalam hidup serta tidak terdapat tekanan pikiran. Menurut Akhtar (2009) kesejahteraan psikologis yang maksimal membantu remaja merasa senang serta puas terhadap hidupnya, meningkatkan emosi positif, mengurangi tekanan mental serta timbulnya sikap negatif ataupun permasalahan pada remaja.

Meskipun demikian banyak santri serta santriwati yang memiliki *psychological well being* rendah, terbukti dari fenomena bunuh diri yang dirasakan oleh remaja. Menurut Komnas PA, terdapat 20 permasalahan bunuh diri dalam enam bulan pertama pada tahun 2012 serta prevelensi depresi melakukan bunuh diri lebih dari 90%. Terdapat juga konsensus dalam psikologi bahwa permasalahan melukai diri sendiri diakibatkan oleh depresi (Murtiningtyas& Uyun, 2017).

Hal ini diperkuat dengan wawancara yang dicoba peneliti. Peneliti melakukan wawancara pada tanggal 1 November 2022 di pondok pesantren Miftahunnajah Yogyakarta. Jumlah partisipan sebanyak 6 orang dengan spesifikasi 4 orang wanita serta 2 orang pria, dengan rata-rata berusia 12 sampai 19 tahun, dapat disimpulkan bahwa 4 dari 6 orang tersebut kurang memiliki aspek-aspek dari kesejahteraan psikologis. Pada aspek penerimaan diri, partisipan masih merasa kurang menerima dirinya untuk menetap serta menjadi santri dan

santriwati di pondok pesantren. partisipan terkadang masih merasa sedih serta menyesal karena berpisah dengan orang tua dan tinggal di lingkungan asrama.

Pada aspek hubungan positif dengan orang lain, partisipan masih merasa kesusahan untuk berinteraksi dengan orang lain ketika partisipan bertemu dengan orang baru yang tidak diketahui, partisipan canggung serta tidak berjumpa dengan orang baru dalam interaksi tersebut. empat partisipan juga merasa sedikit dukungan yang didapat partisipan dari orang-orang terdekat atau orang-orang tersayang yang menyebabkan minimnya keyakinan terhadap orang lain. Pada aspek kemandirian, partisipan merasa masih bergantung pada orang lain dalam berbagai aspek kehidupannya. Tidak hanya itu, partisipan kerap melalaikan kewajibannya sebagai santri, partisipan sering menghadapi keterlambatan dalam melaksanakan kewajiban sebagai santri yang tinggal di pesantren. Pada penguasaan terhadap lingkungan, partisipan masih merasa tidak sesuai dengan beberapa aktivitas serta aturan yang terdapat di area pesantren, sehingga terkadang partisipan masih merasa terpaksa dalam mengikuti berbagai aktivitas yang sudah ditetapkan pesantren.

Pada aspek tujuan hidup, partisipan masih menjalani kehidupannya dengan santai dan tanpa rencana pasti untuk masa depan. Partisipan berpendapat bahwa masih terlalu awal untuk menentukan tujuan atau perencanaan yang matang di hidupnya saat ini. Pada aspek pertumbuhan pribadi partisipan, partisipan masih merasa ingin tetap berada di zona aman yang dirasa nyaman, sehingga partisipan tidak mau terbuka dan takut untuk mengembangkan potensi atau kelebihan pada diri partisipan. Partisipan masih merasa takut mengambil resiko jika terjadi kegagalan. Berdasarkan pernyataan partisipan di atas menunjukkan bahwa partisipan kurang memiliki kesejahteraan psikologis, karena tidak memenuhi aspek kesejahteraan psikologis yang ada yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan dalam lingkungan, tujuan dalam hidup, dan pengembangan diri.

Kurangnya *Psychological well being* yang dimiliki santri dan santriwati mengakibatkan beberapa santri maupun santriwati putus asa dan memutuskan untuk keluar dari Pondok Pesantren. Seperti yang dikatakan Rathi dan Rastogi (2007), bahwa stres, kesehatan fisik, dan kedekatan dengan orang lain dapat mempengaruhi tinggi rendahnya *psychological well being* pada seseorang. Santri dan santriwati yang memiliki *psychological well being* yang baik akan mampu menunjukkan perilaku positif dalam hidup dan tidak menunjukkan adanya stress. Sebaliknya santri yang memiliki kesejahteraan psikologis yang kurang baik akan kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Pritaningrum & Hendriani, 2013), sehingga menyebabkan berbagai masalah di pesantren. Permasalahan yang muncul disebabkan ketidakmampuan santri menyelesaikan masalah yang dihadapi sehingga berdampak pada kegagalan studi, penyimpangan perilaku, dan lain-lain (Ramadhan, 2012).

Berdasarkan pemaparan partisipan di atas menunjukkan santri serta santriwati di pondok pesantren memiliki *psychological well being* yang rendah dalam dirinya disebabkan kurang terpenuhinya aspek-aspek kesejahteraan psikologis yang terdapat antara lain penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan dalam lingkungan, tujuan dalam hidup dan pengembangan diri. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa permasalahan dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran *Psychological Well Being* pada santri dan santriwati di Pondok Pesantren Modern Miftahunnajah Yogyakarta?”. Maka dari itu, peneliti akan melakukan studi deskriptif untuk mengetahui gambaran *Psychological Well Being* pada Santri di Pondok Pesantren Modern Miftahunnajah Yogyakarta.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dengan jelas melalui data empirik mengenai gambaran *psychological well being* pada santri dan santriwati di Pondok Pesantren Modern Miftahunnajah Yogyakarta.

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu Psikologi Klinis, khususnya mengenai *psychological well being* pada santri.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dilakukan untuk menjadi referensi gambaran *psychological well being* pada santri dan santriwati, dimana dapat memberikan masukan pada santri dan santriwati dalam meningkatkan *psychological well being* pada dirinya.