

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Psychological well-being menjadi isu yang semakin relevan dalam dunia pendidikan, termasuk di kalangan santri yang menjalani kehidupan di pesantren. Sebagai lembaga pendidikan Islam, pesantren tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga aspek religius dan pembentukan karakter. Pondok pesantren, menurut Arifin (1995), memiliki tujuan utama dalam pendidikan yaitu membimbing anak-anak didiknya agar menjadi individu yang mampu berperan sebagai mubaligh Islam dalam masyarakat melalui pengetahuan dan amal baik yang mereka jalani. Para santri diajarkan dan dilatih agar mampu mengembangkan diri dalam masyarakat yang terus-menerus mengalami perubahan dan perkembangan secara dinamis.

Salah satu pondok pesantren modern di Sumatera Barat, sebut saja Pondok Pesantren Modern X, merupakan sebuah lembaga pendidikan Islam yang terletak di Kota Padang, Provinsi Sumatera Barat, telah dikenal luas berkat integrasi kurikulum agama dan akademik, serta sistem asrama penuh yang diterapkan. Di pesantren ini, para santri terlibat dalam berbagai aktivitas terstruktur, mulai dari kajian keislaman, hafalan Al-Qur'an, hingga pendidikan formal. Dengan disiplin yang tinggi, pesantren ini berkomitmen untuk mencetak generasi unggul yang tidak hanya berprestasi dalam bidang akademis, tetapi juga memiliki karakter islami yang kuat

Berbagai prestasi telah banyak ditorehkan oleh pesantren ini. Di tingkat SMA, pesantren ini telah mencapai berbagai prestasi, termasuk meraih juara pertama dalam turnamen futsal antar pelajar tingkat provinsi, mendapatkan penghargaan dalam lomba pidato Bahasa Arab dan Inggris, serta berpartisipasi aktif dalam Musabaqah Tilawatil Qur'an (MTQ) dan lomba kaligrafi. Reputasinya semakin kuat berkat kunjungan dan apresiasi dari tokoh nasional, termasuk Presiden Republik Indonesia yang meresmikan kawasan pendidikan lembaga ini, serta jaringan alumni yang aktif dan tersebar di berbagai bidang.

Pencapaian-pencapaian ini mencerminkan komitmen Pondok Pesantren Modern X untuk mengembangkan potensi santri, baik di bidang akademik maupun non-akademik, serta perannya yang signifikan dalam mencetak generasi yang berprestasi dan memiliki karakter islami. Namun, dengan sistem yang ketat dan jadwal yang padat, santri dihadapkan pada berbagai tantangan, yang dapat berdampak pada *psychological well-being* mereka.

Santri yang baru pertama kali tinggal di pondok pesantren, sering kali menghadapi tantangan unik yang berbeda dari anak-anak yang tinggal bersama keluarga mereka. Studi yang dilakukan oleh Hidayat dan Fauziah (2020) dalam penelitiannya yang berjudul "Tingkat Stress dan Kesejahteraan Psikologis Santri di Lingkungan Pesantren Modern" menyebutkan bahwa tantangan utama yang dihadapi santri meliputi tekanan akademik, kurangnya waktu untuk bersosialisasi, serta kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal. Tekanan ini semakin meningkat bagi santri yang memiliki harapan tinggi dari

keluarga, sehingga mereka lebih rentan terhadap kecemasan dan stress (Rahmadani, dkk, 2017)

Tantangan lainnya yaitu dalam penyesuaian dengan jadwal yang ketat dan tuntutan akademis serta religius. Setiap hari, santri harus mengikuti serangkaian kegiatan yang terstruktur mulai dari belajar, beribadah hingga aktivitas sehari-hari lainnya (Abdullah, 2018). Mereka harus berusaha keras untuk menghafal kitab-kitab suci, memahami ajaran agama dengan baik, dan mengadopsi gaya hidup sederhana yang menjadi ciri khas kehidupan di pesantren (Mujib dan Mudzakir, 2020). Mengatur aktivitas mereka sendiri merupakan tantangan baru yang membutuhkan kedisiplinan tinggi dan kemandirian, yang mana semua ini merupakan hal yang baru dalam hidup mereka (Hidayat dan Fauziah, 2020). Berbagai tantangan ini dapat menjadi faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* para santrinya.

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmadhani, dkk (2017) yang berjudul “*Psychological well-being* Santri di Pesantren: Studi Kasus Di Kabupaten Cirebon” menemukan bahwa sebagian santri mengalami berbagai permasalahan psikologis, seperti kurangnya keterlibatan dalam kegiatan pesantren, ketidakmampuan mengatur waktu dengan baik, hingga kurangnya kesadaran akan potensi diri dan tujuan hidup mereka. Hal ini menunjukkan bahwa santri di pesantren tidak hanya membutuhkan pendidikan akademik dan religius, tetapi juga dukungan psikologis agar mereka dapat berkembang secara optimal.

Studi yang dilakukan oleh Nugroho dan Fitriani (2021) dalam penelitiannya yang berjudul “Dinamika *psychological well-being* Santri di Pondok Pesantren Salafiyah” menunjukkan bahwa lingkungan pesantren yang penuh kedisiplinan dan aturan ketat dapat menjadi faktor stres bagi santri, terutama bagi mereka yang baru pertama kali tinggal di pesantren. Santri sering mengalami tekanan dalam mengekspresikan diri, yang akhirnya berdampak pada *psychological well-being* mereka.

Psychological well-being sendiri merujuk pada kondisi mental yang positif, termasuk perasaan bahagia, kepuasan hidup, dan kemampuan untuk menghadapi stres (Ryff, 1989). *Psychological well-being* ini sangat penting bagi santri, karena berkaitan dengan prestasi akademik, hubungan sosial, dan kualitas hidup secara keseluruhan. Santri yang memiliki tingkat *psychological well-being* yang tinggi cenderung lebih mampu mengatasi tekanan yang dihadapi dalam lingkungan pendidikan dan kehidupan sehari-hari (Keyes, 2002).

Konsep *psychological well-being* berakar dari pemikiran Seligman (2002) mengenai kebahagiaan, yang menekankan pada pencapaian potensi psikologis individu. Untuk meningkatkan kebahagiaan, diperlukan berbagai strategi yang mencakup berbagai aspek, seperti hubungan interpersonal, lingkungan, kondisi fisik, produktivitas, rekreasi, kebiasaan, serta bagaimana seseorang membandingkan dirinya dengan orang lain, reaksi terhadap kerugian dan keuntungan, serta pengelolaan emosi yang mengganggu (Seligman, 2002). *Psychological well-being* sangat penting bagi individu untuk mengevaluasi

aspek-aspek yang mungkin kurang dalam hidup mereka, sehingga pada gilirannya dapat meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan (Diener, 2009).

Kecerdasan spiritual menjadi salah satu pendekatan yang dianggap mampu mendukung *psychological well-being*, khususnya dalam konteks pesantren. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual dapat berkontribusi pada peningkatan *psychological well-being*. Misalnya, penelitian oleh Zohar dan Marshall (2000) mengungkapkan bahwa individu dengan kecerdasan spiritual yang tinggi memiliki kemampuan untuk mengatasi stres dan kesulitan hidup dengan lebih baik. Hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual dapat menjadi sumber kekuatan dalam menghadapi tantangan.

Kecerdasan spiritual tidak hanya berkaitan dengan kemampuan seseorang memahami nilai-nilai agama, tetapi juga mencakup pemaknaan hidup, kesadaran diri, dan kemampuan mengelola emosi dalam menghadapi berbagai tantangan dengan cara yang bermakna secara spiritual (Zohar & Marshall, 2000). Dalam lingkungan pesantren, nilai-nilai spiritual menjadi landasan utama kehidupan sehari-hari, sehingga penguatan terhadap kecerdasan spiritual diharapkan dapat membantu santri mengatasi berbagai tekanan. Beberapa santri mungkin memiliki kemampuan yang tinggi dalam memaknai tantangan sebagai ujian iman, sementara yang lain ada yang merasa kesulitan untuk mencapai pemahaman ini. Perbedaan ini menjadi menarik untuk diteliti, khususnya dalam kaitannya dengan pengaruh kecerdasan spiritual terhadap *psychological well-being* mereka.

Dalam QS. Ar-Ra'd (13) ayat 28, Allah SWT menjelaskan bahwa kedekatan spiritual dengan-Nya dapat membawa ketenangan dan kesejahteraan jiwa.

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: (Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram. (QS. Ar-Ra'd: 28)

Ayat ini menjadi pengingat bahwa di tengah berbagai tekanan hidup, memperkuat hubungan spiritual melalui ibadah dan zikir dapat menjadi sumber ketenangan dan keteguhan hati. Dengan demikian, ayat ini menegaskan bahwa spiritualitas yang kuat merupakan kunci utama dalam mencapai ketentraman batin dan *psychological well-being*.

Psychological well-being yang baik memiliki dampak positif terhadap prestasi akademik santri (Ryff dan Singer, 2008). Santri yang merasakan kebahagiaan dan kepuasan dalam hidupnya cenderung lebih termotivasi untuk belajar dan mencapai prestasi yang lebih baik (Diener, dkk, 2010). Selain itu, interaksi sosial yang sehat dengan teman-teman dan para pembimbing di pesantren juga berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup mereka (Sulistyarini dan Wahyuni, 2019). Di sisi lain, santri yang menghadapi masalah dalam *psychological well-being* sering kali mengalami kesulitan dalam bersosialisasi dan dalam proses belajar mereka (Rahmadani, dkk, 2017).

Dibalik reputasi baik yang dimiliki pondok pesantren X, ternyata terdapat fenomena dan tantangan dihadapi, di mana ditemukan beberapa kasus yang menunjukkan adanya tantangan dalam penyesuaian diri, mengelola emosi dan tekanan sosial.

Tabel 1.1 Hasil Survei Awal Penelitian

No.	Pertanyaan	Ya	Tidak	Total
1.	Saya merasa puas dengan diri saya meskipun masih memiliki kekurangan	21 orang 70%	9 orang 30%	30 orang 100%
2.	Saya mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar	12 orang 40%	18 orang 60%	30 orang 100%
3.	Saya merasa memiliki hubungan positif dengan orang lain di sekitar saya	11 orang 36,7%	19 orang 63,3%	30 orang 100%
4.	Saya memiliki arah dan tujuan hidup yang jelas untuk masa depan	20 orang 66,7%	10 orang 33,3%	30 orang 100%
5.	Keputusan masuk pesantren adalah keputusan saya sendiri	13 orang 43,3%	17 orang 56,7%	30 orang 100%
6.	Saya suka mencoba hal baru untuk terus mengembangkan diri melalui pengalaman dan hal-hal baru	8 orang 26,7%	22 orang 73,3%	30 orang 100%
Rata-rata		47,2%	52,8%	100%

Berdasarkan hasil survei awal pada 30 responden, terlihat bahwa tingkat *psychological well-being* masih tergolong rendah dengan rata-rata jawaban “Ya” sebesar 47,2% dan “Tidak” sebesar 52,8%. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat *psychological well-being* responden masih cenderung rendah. Secara khusus, aspek yang paling lemah adalah pertumbuhan pribadi (26,7%) dan hubungan positif dengan orang lain (36,7%), yang menandakan masih adanya

kesulitan dalam membangun hubungan yang baik, serta keinginan untuk mengembangkan diri.

Peneliti lalu melakukan wawancara dengan beberapa orang santri sebagai penunjang penelitian. Hasil wawancara dan observasi menunjukkan bahwa salah satu masalah utama di pesantren adalah tingginya jumlah santri yang memilih untuk pindah karena kesulitan beradaptasi. Wawancara yang dilakukan dengan salah satu santri yang diwawancarai yang berinisial F. “...iya kak hamper setiap semester itu pasti ada aja yang pindah. Yaa alasannya karna ga betah, ga kuat sama jadwal yang padatnya, dan ga suka harus tinggal rame-rame sama orang lain gitu...” (Wawancara preliminary F, 12 Oktober 2024)

Hasil wawancara menunjukkan bahwa banyak santri menghadapi tantangan dalam menyesuaikan diri dengan rutinitas yang ketat, seperti jadwal belajar yang padat, keterbatasan interaksi dengan dunia luar, dan tekanan akademik serta religius. Selain itu, beberapa santri juga mengalami kesulitan dalam membangun hubungan sosial yang baik, dan kesulitan menyesuaikan diri dengan norma sosial di lingkungan pesantren.

Ditemukan pula adanya kasus perundungan di antara santri, yang seringkali muncul akibat saling mengejek di kalangan mereka. Wawancara selanjutnya dilakukan pada tanggal 26 November 2024 dengan salah seorang santri berinisial A. “... cukup sering si kak yang namanya ejek-mengejek nih. Biasanya kayak abang kelas isengin adek kelasnya gitu. Teruk kayak yang suka

diem-diem gitu digangguin nanti gitu...” (Wawancara preliminary A, 26 November 2024)

Hasil wawancara menunjukkan bahwa beberapa santri merasa sulit menerima perlakuan yang dianggap merendahkan, seperti ejekan atau hinaan dari teman-teman. Hal ini dapat memicu reaksi agresif, baik secara fisik maupun verbal. Perundungan ini berdampak negatif pada *psychological well-being* santri, terutama dalam hal hubungan positif dengan orang lain dan penerimaan diri. Santri yang menjadi korban cenderung mengalami kesulitan dalam membangun rasa percaya diri dan lebih memilih untuk menarik diri dari lingkungan sosial.

Selain masalah adaptasi dan perundungan, terdapat juga berbagai pelanggaran peraturan di pesantren, seperti telat masuk kelas dan tidur di asrama saat jam pelajaran. Meskipun aturan yang ada cukup ketat, masih ada santri yang mencoba melanggar dengan berbagai cara. Hal ini menunjukkan adanya tantangan dalam hal otonomi, di mana beberapa santri kesulitan mengendalikan diri dan bertanggung jawab atas perilakunya. Pelanggaran ini juga mencerminkan rendahnya pemahaman santri tentang tujuan hidup, di mana mereka belum sepenuhnya menginternalisasi nilai-nilai pesantren sebagai pedoman utama dalam hidup mereka.

Berdasarkan data yang diperoleh melalui observasi dan wawancara, terlihat bahwa *psychological well-being* santri saat ini belum berkembang secara optimal. Beberapa faktor yang mempengaruhi meliputi kesulitan adaptasi,

kurangnya dukungan sosial, pengalaman perundungan, dan tantangan dalam menyesuaikan diri dengan norma pesantren. Secara keseluruhan, kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun pesantren berupaya mencetak generasi yang unggul secara spiritual, ada beberapa aspek *psychological well-being* yang memerlukan perhatian lebih. Penting untuk menangani kondisi ini, karena *psychological well-being* tidak hanya berpengaruh pada kesehatan mental santri, tetapi juga pada kemampuan mereka untuk belajar, berkembang, dan menjalani kehidupan di pesantren dengan seimbang (Diener, dkk, 2009). Tanpa adanya *psychological well-being* yang memadai, santri mungkin mengalami kesulitan dalam mencapai potensi terbaik mereka, baik dalam hal akademik, spiritual, maupun sosial (Ryff dan Singer, 2008).

Meskipun telah banyak penelitian yang mengkaji tentang kecerdasan spiritual di lingkungan pesantren, masih terdapat beberapa kesenjangan penelitian yang perlu diperhatikan. Pertama, mayoritas penelitian terdahulu lebih berfokus pada aspek pengembangan kecerdasan spiritual secara umum, namun belum mengkaji secara spesifik bagaimana hubungannya dengan *psychological well-being* santri. Contohnya pada penelitian David Agba Auli (2020) yang mengkaji peran kiai dalam mengembangkan kecerdasan spiritual santri, namun belum mengaitkan dengan aspek *psychological well-being*. Kedua, penelitian-penelitian sebelumnya belum mampu menggali kompleksitas dinamika kehidupan santri di pesantren. Sebagaimana diketahui, santri menghadapi tantangan unik dalam menyeimbangkan aspek kepatuhan dengan pengembangan nalar kritis mereka. Ketiga, banyak studi yang lebih

berfokus pada aspek akademik atau religius tanpa mengeksplorasi bagaimana kecerdasan spiritual dapat berkontribusi pada *psychological well-being*. Padahal, karakteristik unik sistem pendidikan pesantren dapat memberikan pengaruh signifikan terhadap perkembangan kedua aspek tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kekosongan tersebut dengan memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang pengaruh kecerdasan spiritual terhadap *psychological well-being* santri.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti merasa terdorong untuk melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Kecerdasan Spiritual terhadap *Psychological well-being* pada Santri Pondok Pesantren Modern.”** Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana kecerdasan spiritual dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis santri yang menjalani pendidikan di pesantren. Dalam konteks pendidikan berbasis agama, spiritualitas berperan penting dalam pengembangan karakter dan kepribadian santri, sehingga dapat berdampak positif pada kesehatan mental dan emosional mereka.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan diatas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini ialah “Apakah terdapat Hubungan Kecerdasan Spiritual terhadap *Psychological well-being* Santri di Pondok Pesantren Modern X?”

C. Batasan Masalah

1. Seberapa tingkat kecerdasan spiritual santri Pondok Pesantren Modern X?
2. Seberapa tingkat *Psychological well-being* santri Pondok Pesantren Modern X?
3. Apakah terdapat hubungan antara kecerdasan spiritual dengan *Psychological well-being* pada santri Pondok Pesantren Modern X?

D. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat kecerdasan spiritual santri Pondok Pesantren Modern X
2. Untuk mengetahui tingkat *Psychological well-being* santri Pondok Pesantren Modern X
3. Untuk mengetahui adakah hubungan antara kecerdasan spiritual dengan *Psychological well-being* pada santri Pondok Pesantren Modern X

E. Manfaat Penelitian

Melalui penelitian ini penulis berharap ada beberapa manfaat yang dihasilkan baik manfaat teoritis maupun manfaat praktis, yaitu:

a. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang dihasilkan dari penelitian ini adalah diharapkan dapat menyumbangkan pemahaman baru dalam bidang psikologi, khususnya dalam kajian hubungan antara dimensi spiritual dan *psychological well-being*. Hasil penelitian ini dapat memperkaya literatur

psikologi, terutama dalam memahami bagaimana nilai-nilai spiritualitas berperan dalam membentuk *psychological well-being* dan emosional santri. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi perkembangan teori dalam Psikologi Konseling dan Psikologi Positif, dengan menyoroti peran kecerdasan spiritual dalam membantu individu menghadapi tekanan dan tantangan hidup.

b. Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang dihasilkan dari penelitian ini dapat digunakan untuk merancang pendekatan konseling dan pembinaan yang lebih efektif, dengan memperhatikan aspek kecerdasan spiritual santri sebagai bagian integral dalam upaya meningkatkan *psychological well-being* mereka. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memiliki nilai akademik yang signifikan tetapi juga dapat memberikan kontribusi praktis dalam upaya meningkatkan kualitas pendidikan dan pembinaan di lingkungan pesantren.

F. Sistematika Penulisan

Untuk memudahkan dalam membaca dan memahami karya tulis ini, maka penulis menyusun karya tulis ini menjadi lima bab, yang memiliki tujuan agar penulisan ini tersusun secara sistematis. Sehingga memudahkan dalam memahami kesatuan alur cerita dari karya tulis ini. Sistematika penelitian yang dimaksud disini adalah:

BAB I : PENDAHULUAN

Bab I mengenai pendahuluan terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan penelitian, dan sistematika penelitian.

BAB II : TINJAUAN PUSTAKA

Dalam Bab II ini berisikan tentang landasan teori-teori yang berkaitan dengan variabel penelitian, hubungan antara variable, penelitian yang relevan, kerangka konseptual, dan hipotesis penelitian.

BAB III : METODE PENELITIAN

Mengenai metode penelitian yang disusun dalam Bab III, disini dijelaskan tentang jenis penelitian yang digunakan, definisi operasional populasi dan sampel penelitian, serta instrumen penelitian.

BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini berisikan tentang hasil dari penelitian, yang terdiri dari pelaksanaan penelitian, hasil penelitian, dan pembahasan.

BAB V : PENUTUP

Bab ini merupakan bab terakhir yang isinya merupakan kesimpulan dan saran dari hasil peneltia



UIN IMAM BONJOL
PADANG