

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam perkembangannya, pondok pesantren diyakini mampu memberikan efek positif bagi perkembangan individu. Hal ini dikarenakan selain dilatih untuk mempraktekan nilai-nilai keagamaan dalam aktivitas sehari-hari, santri juga dibiasakan untuk belajar hidup mandiri. Menurut Qodir (2004) pendidikan dipondok pesantren dipandang tepat untuk mengembangkan kemandirian dan sedikit demi sedikit melepaskan kelekatan terhadap orang tuanya. Keterampilan dan kepedulian sosial pun tak luput dari perhatian pondok pesantren dalam mendidik santri, baik sikap maupun perilaku santri. Selain keterampilan berwirausaha (koperasi), santri juga diajarkan keterampilan melalui aktivitas ekstrakurikuler agar santri mahir dalam berbagai bidang.

Selama berada di pondok pesantren, santri akan dihadapkan dengan berbagai permasalahan, dan ketika mereka mampu menghadapi dan menyelesaikan permasalahan itu akan menjadikan potensi dirinya lebih berkembang. Hal ini berkaitan dengan kesejahteraan psikologis, yaitu terkait dengan fungsi optimal dan positif dari individu (Ryan and Deci, 2001), karena menurut Ryff (1995) kesejahteraan psikologis adalah keadaan individu dalam potensi diri yang sejati (*true potensial*) yang ditandai ia dapat mandiri dalam berperilaku dan mampu mengelak dari tekanan sosial (*autonomy*), mampu merasakan peningkatan kualitas

diri dari waktu ke waktu (*personal growth*), menerima kelemahan dan kelebihan dirinya (*self-acceptance*), memiliki tujuan hidup yang berdampak pada keterarahan sikap dan perilakunya (*purpose in live*), mampu menciptakan dan memilih lingkungan yang sesuai dengan nilai dan kebutuhan pribadi (*environmental mastery*) dan mampu menikmati dan menjalin hubungan yang harmonis dengan orang lain (*positive relationship with others*).

Handayani (dalam Megawati dan Herdiyanto, 2016) berpendapat bahwa individu yang mencapai kesejahteraan psikologis dapat meningkatkan kebahagiaan, kesehatan mental yang positif, dan pertumbuhan diri. Lebih lanjut Huppert (2009) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologi itu bukanlah kondisi dimana individu merasa baik sepanjang waktu, jadi pengalaman yang menyakitkan (misalnya kekecewaan, kegagalan, kesedihan) adalah bagian yang normal dari kehidupan.

Setiap individu memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang berbeda-beda, begitu pula halnya dengan para santri. Pondok pesantren Al-Ihsan Boarding School merupakan sebuah pondok pesantren modern. Pondok pesantren ini memiliki program kurikulum lokal, salah satu nya adalah BES (Badan Eksekutif Santri), kegiatannya meliputi mengatur jadwal piket kamar, piket kelas, piket lingkungan, piket jaga malam, jadwal khotbah jum'at, koperasi, kesenian, dan olahraga. Sedangkan kegiatan santri sehari-hari seperti bangun pagi, tilawah, sholat berjamaah, persiapan keperluan sekolah, membersihkan kamar dan makan dipersiapkan sendiri oleh para santri. Adapun untuk santri baru, para orang tua

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diberikan batasan untuk menjenguk atau berkomunikasi melalui telepon. Setiap hari para *musyrif* akan memanggil minimal dua santri untuk mengevaluasi kegiatan santri. Sebulan sekali, para santri akan mengadakan pementasan seni.

Dari penjelasan diatas, kehidupan dipondok pesantren dipandang sangat tepat dalam mencapai kesejahteraan psikologis, karena para santri dibiasakan untuk selalu mengikuti berbagai macam aktivitas yang bermanfaat. Sebagaimana dinyatakan oleh Megawati dan Herdianto (2016) bahwa remaja dapat mencapai kesejahteraan psikologis apabila remaja aktif mengembangkan perilaku positif selama masa remaja. Selain itu Mukti Ali (dalam Qodir 2004) menyatakan bahwa pondok pesantren adalah sistem pendidikan yang paling baik, penilaian ini berdasarkan pada tujuan pesantren untuk mencetak manusia yang shaleh dan mandiri dalam menempuh kehidupan mereka.

Pada kenyataannya, sebagian santri seringkali merasakan keberatan dalam mejalani kegiatan-kegiatan di pondok pesantren, karena merasa dibatasi dengan berbagai aturan yang ada. Berdasarkan informasi dari *musyrif* di pondok pesantren Al-Ihsan Boarding School, peneliti menemukan 6,75% santri kelas 2 MA, T.A 2016/2017 merasa tidak betah dan tidak tahan mengikuti kehidupan dipondok pesantren bahkan memilih untuk kabur dari pondok pesantren A.D (komunikasi personal, 25 mei 2017). Selanjutnya peneliti melakukan wawancara dengan 3 santri yang ada di pondok pesantren Al-Ihsan Boarding School pada tanggal 11 agustus 2017.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Seperti pernyataan dari Yg, Pt, Hb :

“kalau bangun bang saya masih dibangunin, sama ini, setoran hafalan juga harus diingatkan, dulu saya pernah dibotak bang karena cabut, saya juga pernah kelahi bang, saya juga kadang iri bang, lihat kawan yang hafalannya banyak, dan saya kok tidak” (Yg, kelas 1 MA)

“kalau bangun pagi, sama tilawah saya harus diingatkan bang, saya juga pernah cabut bang karena bosan aja, dulu juga pernah kelahi beberapa kali bang, kadang kesal juga bang, kawan kok bisa juara saya tidak” (Pt, kelas 2 MA)

“untuk bangun pagi, setoran hafalan, tilawah, sama sholat saya harus diingatkan bang, saya juga pernah kelahi bang, cuman tidak ketahuan sama ustadz bang, kami malam kelahinya janjiaan dulu, saya juga pernah cabut bang, cuman tidak ketahuan juga, biasanya saya cabut karena bosan aja dipondok ni bang, kesal aja bang lihat kawan lebih hebat dan pintar” (Hb, kelas 2 MA)

Berdasarkan pernyataan Yg, Pt, dan Hb di atas, maka diketahui bahwa subjek mengalami permasalahan dalam kesejahteraan psikologis, terutama dalam aspek kemandirian, hubungan positif dengan orang lain, dan penerimaan diri. Hal ini selaras dengan hasil penelitian Ramadhan (2012) yang menemukan 40% dari subjek yang diteliti mengalami permasalahan dalam kesejahteraan psikologis, yaitu pada aspek penerimaan diri, tujuan hidup dan perkembangan diri. Selanjutnya Ryff & Singer (2008) menyatakan problematika remaja lainnya adalah munculnya *stressor* negatif seperti konflik diantara teman sebaya, ketergantungan terhadap orangtua dan kebingungan menentukan karir maupun

pendidikan tinggi yang merupakan indikator ketidaksejahteraan psikologis pada remaja.

Berdasarkan permasalahan yang dijelaskan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis santri rendah, oleh karena itu untuk mencapai kesejahteraan psikologis, perlu ditingkatkan factor-faktor yang dapat menunjang terciptanya kesejahteraan psikologis. Berdasarkan penelitian terdahulu kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh beberapa faktor psikologis yaitu, kepribadian (Schmutte dan Ryff , dalam Keyes, Ryff, dan Shmotkin, 2002), tipe kepribadian big five (Huppert, 2009; Carr, 2004) dan *adversity quotient* Waskito (2014). *Adversity quotient* berkaitan dengan bagaimana individu dalam bertahan pada kondisi yang kurang menyenangkan (untuk mengembangkan potensi yang dimiliki). *Adversity quotient* merupakan bentuk kecerdasan yang melatarbelakangi kesuksesan seseorang dalam menghadapi sebuah tantangan disaat terjadi kesulitan atau kegagalan (Puri, 2012). Selanjutnya Stoltz (2000) menjelaskan bahwa *adversity quotient* adalah suatu kemampuan untuk mengubah penghambat menjadi suatu peluang keberhasilan untuk mencapai tujuan.

Oleh karena itu santri memerlukan *adversity quotient* untuk mencapai kesejahteraan psikologis. Karena ketika santri dihadapkan pada suatu permasalahan yang dapat mengganggu kesejahteraan psikologis, maka santri akan menganggap permasalahan tersebut adalah sebuah peluang untuk mencapai suatu kesuksesan atau keberhasilan. Stoltz (2000) juga menjelaskan bahwa individu yang memiliki *adversity quotient* tinggi tidak akan pernah takut menghadapi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



berbagai tantangan dalam mencapai kesuksesan. Bahkan individu tersebut akan mengubah tantangan yang dihadapinya dan menjadikannya sebuah peluang. Sementara itu orang yang *adversity quotient* rendah, terkait dengan rendahnya daya tahan, merasa diri paling malang, sulit untuk melihat hikmah dibalik persoalan. Markman (dalam Puri 2012) juga berpendapat, bahwa *adversity quotient* adalah pengetahuan tentang ketahanan individu, individu yang secara maksimal menggunakan kecerdasan ini akan menghasilkan kesuksesan dalam menghadapi tantangan, baik itu besar ataupun kecil dalam kehidupan sehari-hari.

Setiap manusia tentunya ingin sejahtera psikologisnya, begitupula dengan santri, dari berbagai uraian permasalahan yang disampaikan di atas, seharusnya kesejahteraan psikologis di pondok pesantren tinggi, tetapi kenyataan dilapangan tidak demikian, oleh karena itu hal ini menjadi perhatian dan cukup menarik bagi peneliti, sehingga dalam merealisasikannya peneliti melakukan penelitian mengenai **“Pengaruh *Adversity Quotient* terhadap Kesejahteraan psikologis pada Santri Pondok Pesantren Al-Ihsan Boarding School .”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada pengaruh *adversity quotient* terhadap kesejahteraan psikologis pada Santri Pondok Pesantren Al-Ihsan Boarding School?”

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *adversity quotient* terhadap kesejahteraan psikologis pada Santri Pondok Pesantren Al-Ihsan Boarding School.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai tentang kesejahteraan psikologis telah banyak dilakukan, diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Primasti & Wrastari (2013) yang menemukan bahwa faktor-faktor yang dapat meningkatkan psychological wellbeing remaja antara lain *peer support*, kebutuhan akan cinta dan kematangan menuju dewasa. Penelitian ini memiliki variabel terikat yang sama dengan peneliti yaitu kesejahteraan psikologis, sedangkan perbedaannya adalah penelitian ini hanya menggunakan subjek remaja yang orang tuanya cerai sedangkan peneliti menggunakan subjek remaja yang tinggal di pondok pesantren.

Penelitian yang dilakukan oleh Stoltz (2000) menemukan bahwa adanya hubungan *adversity quotient* (AQ) dengan kesehatan mental. Penelitian ini memiliki kesamaan dengan peneliti yaitu *adversity quotient* sebagai variabel bebas, adapun perbedaannya terletak pada variabel terikatnya. Selanjutnya penelitian Rany (2008) mengenai hubungan *adversity quotient* (AQ) dengan penyesuaian diri social pada mahasiswa perantauan, ditemukan bahwa adanya hubungan signifikan *adversity quotient* (AQ) dengan penyesuaian diri social pada

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mahasiswa perantauan. Penelitian ini memiliki kesamaan dengan peneliti yaitu *adversity quotient* sebagai variabel bebas, adapun perbedaannya terletak pada variabel terikatnya, peneliti menggunakan kesehatan psikologis sebagai variabel terikat sedangkan penelitian ini menggunakan penyesuaian diri sebagai variabel terikat. Kusumawardhani, Hartati, dan Setyawan (2011) juga menemukan bahwa ada hubungan positif antara *adversity intelligence* dengan kemandirian. Artinya semakin tinggi *adversity intelligence*, semakin tinggi pula kemandirian pada remaja tuna daksa di SLB-DYPAC. Penelitian ini juga memiliki kesamaan dengan peneliti yaitu *adversity quotient* sebagai variabel bebas, adapun perbedaannya terletak pada variabel terikatnya.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan referensi dan masukan terhadap disiplin ilmu psikologi, khususnya bidang psikologi perkembangan dan psikologi sosial.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi subjek penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi santri mengenai *adversity quotient* dan kesejahteraan psikologi.
 - b. Bagi pihak yayasan penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang pentingnya *adversity quotient* dan kesejahteraan psikologis dalam kehidupan, terkhusus pondok pesantren.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.