

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah proses pembelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan potensi dan kemampuan individu agar menjadi pribadi yang lebih baik serta memiliki keterampilan yang bermanfaat bagi dirinya dan masyarakat (Rahman et al., 2022). Kehidupan seseorang dan kemajuan suatu bangsa sama-sama sangat bergantung pada tingkat pendidikannya, karena tingkat pendidikan yang tinggi membantu individu mencapai potensi maksimal, meningkatkan keterampilan, dan memperluas peluang kerja (Ramli, 2022). Pendidikan merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan, dan bagi pertumbuhan suatu bangsa. Indonesia merupakan negara yang mayoritas penduduknya memeluk agama Islam, hal ini dibuktikan dengan berkembangnya dan banyak lembaga pendidikan berbasis pondok pesantren di setiap daerah (Mulyo, 2022).

Lembaga pendidikan tertua di Indonesia adalah pondok pesantren (Mansyuri et al., 2023). Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan yang mempunyai kekuatan di kalangan umat Islam di Indonesia karena memiliki pendekatan pendidikan yang *multifaset* dan mampu menjaga keberlanjutannya dari waktu ke waktu. Dalam sejarah bangsa Indonesia, pondok pesantren telah memberikan kontribusi yang signifikan terhadap upaya nasional untuk meningkatkan moralitas, memperdalam pengetahuan keagamaan, dan mendidik masyarakat melalui pendidikan formal, informal, dan non-formal (R. Fitri & Ondeng, 2022). Dengan demikian, pondok pesantren tidak hanya berfokus pada pendidikan Islam saja, tetapi juga membentuk karakter dan etika yang baik, yang sangat penting bagi pembangunan bangsa (Rahmat, 2018).

Ditinjau dari catatan Kementerian Agama (Kemenag) pada semester ganjil 2023/2024, terdapat 39.551 pesantren di nusantara, dengan jumlah santri 4,9 juta. Kementerian Agama (Kemenag)

mempublikasikan data statistik yang menyatakan bahwa Provinsi Jawa Barat adalah provinsi terunggul yang memiliki banyak pesantren di Indonesia dengan total 12.121 pesantren. Provinsi lain seperti Jawa Timur memiliki jumlah 6.745 pesantren, Banten dengan 6.423 pesantren, dan Jawa Tengah dengan 5.084 pesantren (Muhammad Aiz Lutfi, 2023).

Provinsi Jawa Barat memiliki banyak pondok pesantren di setiap kota dan kabupaten, salah satunya yaitu Pondok Pesantren Tahfizh Qur'an At-Taqwa Kota Cirebon. Pondok pesantren tersebut merupakan pesantren yang memiliki program wajib, yaitu menghafal Al-Qur'an. Adapun kegiatan yang wajib dilaksanakan seluruh santri yaitu sholat berjamaah, menghafal al-qur'an, murojaah al-qur'an, dan pembelajaran kitab kuning. Selain itu, santri juga harus mengikuti kegiatan pendidikan formal, yakni menjadi siswa tingkat SMP dan SMA sederajat. Aktivitas yang padat, lingkungan yang baru dan adanya tuntutan hafalan dapat menjadi pemicu santri mengalami tekanan serta kesulitan dalam menyesuaikan diri yang pada akhirnya bisa menimbulkan stress (A'yun.Dini.Q, 2024). Hal ini dapat berpotensi mengganggu proses pendidikan bahkan mengganggu *psychological well-being* atau kesejahteraan secara psikologis.

Remaja yang tinggal di pesantren memiliki tingkat depresi lebih banyak dibanding dengan remaja yang tinggal di rumah. Pada siswa boarding school, sekitar 39,7% mengalami depresi, 67,1% mengalami kecemasan dan 44,9% mengalami stress, yang disebabkan oleh akademis, interpersonal, guru, pembelajaran, dan kelas sosial (Universitas Ahmad Dahlan, 2022). Data WHO menunjukkan 3,6% remaja berusia 10–14 tahun dan 4,6% remaja berusia 15–19 tahun mengalami gangguan kecemasan. Depresi diperkirakan terjadi pada 1,1% remaja berusia 10–14 tahun, dan 2,8% remaja berusia 15–19 tahun (World Health Organization, 2021). Sedangkan menurut Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS), pada tahun 2013 prevalensi orang yang mengalami gangguan mental dan perubahan emosional yang ditunjukkan dengan gejala depresi dan kecemasan adalah 6% untuk usia 15 tahun ke atas, atau sekitar 14 juta jiwa.

Setiap orang ingin menjalani kehidupan yang penuh dengan kesejahteraan dan kebahagiaan. Kebahagiaan merupakan gagasan luas yang mencakup hal-hal seperti kepuasan hidup yang tinggi, emosi positif atau pengalaman yang menyenangkan dan rendahnya suasana hati yang negatif. Kebahagiaan manusia dapat disebabkan oleh berbagai faktor, diantaranya suasana hati seseorang pada waktu tertentu, pandangan tentang kebahagiaan, dan kemudahan dalam menyerap informasi positif atau negatif. Maka dari itu *psychological well-being* atau kesejahteraan secara psikologis dapat diartikan sebagai kebahagiaan, kepuasan hidup dan tidak adanya gejala-gejala psikologis (Ghaybiyyah & Mahpur, 2022).

Menurut Ryff (1995), kesejahteraan psikologis merupakan kondisi di mana seseorang merasakan dan mengekspresikan emosi-emosi tertentu dalam kehidupan sehari-hari yang muncul sebagai hasil dari pengalaman hidup yang dialaminya. Kesejahteraan digambarkan sebagai keadaan seseorang yang mampu mengendalikan potensi psikologisnya, mengembangkan kelebihan dan menerima kelemahannya, memiliki tujuan hidup yang jelas, membentuk pribadi yang mandiri, dan dapat membangun hubungan positif dengan orang lain (Ryff & Keyes dalam Sayyidah et al., 2022).

Dalam Al-Qur'an surat ke 95 ayat 4 menjelaskan bahwa manusia merupakan ciptaan Allah yang paling sempurna dibandingkan makhluk lainnya. Allah menciptakan manusia dengan sebaik-baiknya bentuk dan susunan, baik secara fisik maupun psikologis. Manusia diberi kemampuan yang luar biasa, seperti akal, fisik yang sempurna, serta potensi untuk mencapai berbagai kebaikan manusia, sehingga mampu merencanakan dan melakukan berbagai kegiatan yang dapat membantunya untuk mengembangkan diri serta belajar dari kesalahan untuk melakukan perbaikan yang positif secara terus menerus (Muhamad Hanif Rahman, 2022).

Teori Ryff memaparkan bahwa terdapat enam dimensi dasar *psychological well-being*, di antaranya yaitu 1) Otonomi, 2) Penguasaan lingkungan, 3) Pertumbuhan pribadi, 4) Hubungan positif dengan orang lain, 5) Tujuan Hidup, dan 6) Penerimaan diri. Berdasarkan teori Ryff faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* adalah usia, jenis kelamin, budaya, status sosial ekonomi, dukungan sosial, kepribadian, bahkan salah satunya religiusitas. (Meliala & Ahman, 2024).

Jumal Ahmad mengemukakan religiusitas memiliki arti bahwa secara umum agama mempunyai kewajiban dan aturan yang wajib dilaksanakan oleh penganutnya. Mangunwijaya membedakan antara istilah religi dan religiusitas. Religi merujuk pada komponen-komponen formal yang berkaitan dengan hukum-hukum kewajiban, sedangkan religiusitas merujuk pada aspek yang selalu terikat pada kedalaman kemanusiaan, yaitu penghayatan terhadap kualitas-kualitas keagamaan yang tertanam dalam diri seseorang (Ahmad, 2020).

Menurut Glock dan Stark religiusitas adalah sejauh mana seseorang percaya pada agama dan sejauh mana seseorang tersebut mengabdikan pada agama. Tingkat konseptualisasi seseorang ditentukan oleh seberapa besar pengetahuannya tentang agamanya, sedangkan tingkat komitmennya adalah sesuatu yang harus dipahami sepenuhnya karena ada berbagai jalan yang dapat ditempuh seseorang untuk menjadi religius (El Hafiz & Aditya, 2021).

Teori Glock dan Stark tentang religiusitas mencakup lima macam dimensi keagamaan, yaitu 1) dimensi keyakinan (*the ideological dimension*), 2) dimensi praktek agama (*the ritualistic dimension*), 3) dimensi ihsan dan penghayatan (*the experiential dimension*), 4) dimensi pengetahuan agama (*the intellectual dimension*), 5) dimensi pengalaman dan konsekuensi (*the consequential dimension*). (Ancok & Suroso dalam El Hafiz & Aditya, 2021)

Religiusitas merupakan hubungan antara sikap batin seseorang dengan Tuhannya. Religiusitas dapat mempengaruhi kehidupan seseorang dan menentukan seseorang dalam berperilaku (Goreta et al., 2021). Pondok pesantren adalah sebuah lembaga pendidikan yang berlandaskan akidah dan syaria Islam yang tentunya menjadi wadah religiusitas. Oleh karena itu, religiusitas sebagai bagian dari pendidikan karakter tentunya sangat penting untuk ditanamkan kepada peserta didik.

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Putut Nur Falah Ayu Waseso menunjukkan bahwa santri putri di Pondok Pesantren Nurul Islam program tahfidz Al-Qur'an Jember memenuhi lima dimensi indikator religiusitas. Namun, dua dari tiga informan belum memiliki dimensi pengamalan keagamaan. Dalam kesejahteraan psikologisnya dapat memenuhi enam indikator unsur kesejahteraan psikologis. Namun terdapat perbedaan antara dua dari tiga indeks kesejahteraan psikologis informan yang meliputi komponen penguasaan lingkungan dan penerimaan diri. Dalam hal ini didapati bahwa religiusitas dan dimensinya, *psychological well-being* dan dimensinya memiliki peran dalam peningkatan *psychological well-being* (Falah et al., 2023).

Peneliti melakukan wawancara pada tanggal 2 September 2024 tentang kondisi *psychological well-being* santriwati di Pondok Pesantren Tahfizh Qur'an At-Taqwa dengan subjek berinisial TS, ALY, AY, FD, dan GG. Ditemukan ada santri yang merasa senang, nyaman dan merasa tertantang dalam menghadapi lingkungan baru (ALY, GG). Kemudian, terdapat santri yang selama tinggal di pondok pesantren merasa tidak percaya diri karena merasa minder dengan pencapaian teman (TS). Santri juga merasa tidak nyaman yang disebabkan oleh kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru (FD) dan merasa tertekan pada aturan-aturan di pondok pesantren (AY).

Pada tanggal 3 September 2024 peneliti melakukan wawancara dengan pembimbing Pondok Pesantren Tahfizh Qur'an At-Taqwa. Diperoleh informasi bahwa sebagian besar masalah yang dihadapi santri berasal dari tekanan akademik, rendah diri dan kesulitan beradaptasi dengan kondisi lingkungan pesantren. Kondisi tersebut menggambarkan *psychological well-being* yang rendah.

Santri yang memiliki religiusitas tinggi akan selalu patuh terhadap ajaran-ajaran agamanya, sehingga akan lebih mampu dalam memaknai setiap kejadian secara positif dan hidupnya lebih bermakna (Junaidi, 2023). Santri dapat mencapai suatu kondisi *psychological well-being*, maka diperlukan religiusitas untuk membantu dalam menyelesaikan suatu masalah yang sedang dihadapi untuk mencapai suatu kesejahteraan psikologis (Falah et al., 2023). Hal tersebut selaras dengan yang diungkapkan oleh pembimbing Pondok Pesantren Tahfizh Qur'an At-Taqwa bahwa dalam meningkatkan *psychological well-being* para santri adalah dengan melaksanakan *qiyāmul lail*, hafalan Al-Qur'an, dan kegiatan keagamaan lainnya.

Para santri mengalami ketidaknyamanan di pondok pesantren yang disebabkan oleh kurangnya penerimaan diri dan rendahnya penguasaan lingkungan. Hasil pengamatan sementara, ada 3 orang santriwati yang mengalami ketidaknyamanan di pondok pesantren. Dengan demikian jika tidak segera diatasi dapat menimbulkan berbagai dampak negatif yang meluas ke berbagai aspek kehidupan. Dampak-dampak tersebut bisa bersifat jangka pendek maupun jangka panjang, dan dapat mempengaruhi individu baik secara emosional, fisik, maupun sosial.

Sehubungan dengan hal tersebut, maka penelitian ini penting dilakukan karena santri adalah seseorang yang mengabdikan hidupnya pada lingkungan keagamaan. Penelitian ini dapat membantu mengidentifikasi aspek religiusitas yang berkontribusi pada kesejahteraan psikologis, sehingga penulis tertarik untuk mendalami terkait peranan religiusitas dalam meningkatkan *psychological well-being*.

Berdasarkan latar belakang masalah, maka penulis tertarik mengambil judul **“PERAN RELIGIUSITAS DALAM MENINGKATKAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA SANTRIWATI DI PONDOK PESANTREN TAHFIZH QUR’AN AT-TAQWA KOTA CIREBON”**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Tingkat religiusitas santriwati Pondok Pesantren Tahfizh Qur’an At-Taqwa Kota Cirebon
2. Peran religiusitas dalam meningkatkan *psychological well-being* santriwati Pondok Pesantren Tahfizh Qur’an At-Taqwa Kota Cirebon.
3. Dampak religiusitas terhadap *psychological well-being* santriwati Pondok Pesantren Tahfizh Qur’an At-Taqwa Kota Cirebon.

C. Pembatasan Masalah

Dalam upaya mencegah meluasnya masalah dalam penelitian, maka peneliti membatasi masalah yang erat kaitannya dengan judul penelitian, yaitu:

1. Pembatasan ini mencakup subjek penelitian yaitu santriwati Pondok Pesantren Tahfizh Qur’an At-Taqwa Kota Cirebon.
2. Pembatasan ini mencakup aspek religiusitas dan *psychological well-being* pada santriwati Pondok Pesantren Tahfizh Qur’an At-Taqwa Kota Cirebon.
3. Pembatasan ini mencakup peranan religiusitas dalam meningkatkan *psychological well-being* pada santriwati di Pondok Pesantren Tahfizh Qur’an At-Taqwa Kota Cirebon.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah disebutkan di atas, maka disusun pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana religiusitas santriwati Pondok Pesantren Tahfizh Qur'an At-Taqwa Kota Cirebon?
2. Bagaimana peran religiusitas dalam meningkatkan *psychological well-being* pada santriwati di Pondok Pesantren Tahfizh Qur'an At-Taqwa Kota Cirebon?
3. Bagaimana hasil dari peran religiusitas dalam meningkatkan *psychological well-being* santriwati Pondok Pesantren Tahfizh Qur'an At-Taqwa Kota Cirebon?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini terdapat tujuan umum dan khusus. Adapun tujuan umum yaitu sebagai berikut :

1. Mengetahui religiusitas santriwati Pondok Pesantren Tahfizh Qur'an At-Taqwa Kota Cirebon.
2. Mengetahui peran religiusitas dalam meningkatkan *psychological well-being* santriwati Pondok Pesantren Tahfizh Qur'an At-Taqwa Kota Cirebon.
3. Mengetahui hasil dari peran religiusitas dalam meningkatkan *psychological well-being* pada santriwati di Pondok Pesantren Tahfizh Qur'an At-Taqwa Kota Cirebon.

Selain tujuan umum, terdapat juga tujuan khusus yaitu sebagai berikut :

1. Mengidentifikasi tingkat religiusitas santriwati di Pondok Pesantren Tahfizh Qur'an At-Taqwa Kota Cirebon berdasarkan lima dimensi religiusitas menurut teori Glock & Stark (keyakinan agama, praktek agama, pengalaman beragama, pengetahuan agama, dan pengamalan nilai agama).

2. Menggambarkan kondisi *psychological well-being* santriwati berdasarkan enam dimensi kesejahteraan psikologis menurut teori Ryff (kemandirian, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, dan penerimaan diri).
3. Menggali pengalaman santriwati dalam memaknai ajaran agama yang membantu meningkatkan *psychological well-being*.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian, maka manfaat penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah untuk memperkaya kajian dalam bidang psikologi, khususnya psikologi agama dengan menyoroti peran religiusitas dalam meningkatkan *psychological well-being* pada remaja yang hidup di lingkungan pesantren. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan teori yang menjelaskan hubungan antara tingkat religiusitas dan kesejahteraan psikologis, serta menjadi dasar bagi penelitian lanjutan yang ingin mengeksplorasi peran faktor spiritual dalam pembentukan kesehatan mental individu, terutama dalam konteks pendidikan berbasis keagamaan seperti pondok pesantren tahfizh Qur'an.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Peneliti berharap agar penelitian ini dapat menambah wawasan dan pemahaman tentang religiusitas dan *psychological well-being*, serta mengembangkan keterampilan penelitian dan analisis dalam konteks kehidupan santri di pesantren.

b. Bagi Santri

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu santri dalam meningkatkan kesejahteraan psikologisnya dengan cara meningkatkan religiusitas, sehingga santri dapat mencapai *psychological well-being* yang baik selama berada di pesantren.

c. Bagi Pondok Pesantren

Penelitian ini diharapkan memberikan informasi kepada pihak pondok pesantren akan pentingnya meningkatkan religiusitas untuk mencapai *psychological well-being* yang baik bagi para santri.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi dan dasar untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut terkait religiusitas dan *psychological well-being*, khususnya dalam konteks pendidikan pesantren atau lingkungan religius lainnya.

UINSSC

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON