

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan menjadi fundamental untuk individu di dalam kehidupannya. Pendidikan adalah kegiatan pembelajaran untuk mendapat pengetahuan dengan pelaksanaan secara sengaja, seksama, terencana, dan keberlanjutan melalui pembelajaran dan juga menjadi suatu usaha sadar yang mengakibatkan individu dari tidak tahu menjadi tahu (Azzahra & Irawan, 2023). Secara umum, pendidikan diklasifikasikan ke dalam tiga bentuk utama, yakni pendidikan formal, informal, serta non formal. Ketiga jenis pendidikan yang ada tentu memiliki perbedaannya masing-masing.

Pendidikan formal mengacu pada pendidikan sistematis dan bertahap yang berlangsung selama kurun waktu tertentu, dimulai dari sekolah dasar hingga tingkat perguruan tinggi (Syaadah dkk., 2022). Selanjutnya, pendidikan informal adalah bentuk klasifikasi pendidikan yang berlangsung dalam lingkungan keluarga dan sosial melalui kegiatan belajar yang dilandasi oleh kesadaran serta tanggung jawab individu (Syaadah dkk., 2022), sedangkan pada pendidikan non formal merupakan jalur pendidikan di luar pendidikan formal yang berfungsi untuk mengembangkan potensi peserta didik dengan penekanan pada penguasaan pengetahuan dan

keterampilan fungsional, serta pengembangan sikap dan pribadi yang profesional (Kusmiran dkk., 2022). Pendidikan non formal membantu memberikan pendidikan tambahan bagi individu yang memerlukannya.

Pendidikan tambahan melalui pendidikan non formal yang dilakukan oleh individu umumnya untuk menggantikan atau melengkapi pendidikan formal yang telah individu jalani (Syaadah dkk., 2022). Salah satu yang termasuk dari pendidikan non formal, yaitu pondok pesantren. Pondok pesantren merupakan sebuah lembaga pendidikan Islam non formal yang dijalankan oleh para ulama atau kiai dan terdiri dari seorang kiai sebagai pemimpin, seorang ustaz berperan sebagai pengajar, dan peserta didik di lingkungan dikenal sebagai santri (Komariah, 2016). Ciri khas dari pondok pesantren ialah adanya asrama sebagai tempat menginap bagi santri serta proses atau metode pengajaran yang dilakukan.

Proses atau metode pengajaran yang dilakukan pondok pesantren umumnya berfokus pada hafalan Al-Qur'an, tadarus, kajian, pembelajaran kitab, dan sejenisnya (Mahmud, 2019). Pondok pesantren menjadi salah satu pilihan yang diambil oleh orang tua untuk memberikan pendidikan kepada sang anak. Hal tersebut dikarenakan anak yang menjadi penghafal Al-Qur'an akan mendapatkan kemuliaan kelak di akhirat untuk sang anak itu sendiri maupun kedua orang tuanya (Liandari dkk., 2020). Dalam perkembangannya, saat ini mulai terdapat pondok pesantren yang menambahkan pembelajaran akademik layaknya pada sekolah formal dan menjadi pertimbangan yang matang bagi orang tua. Sehingga dengan adanya beragam tipe pondok pesantren yang tersedia, orang tua pun memilih pondok pesantren yang juga menyediakan pembelajaran sekolah formal agar sang

anak mampu mendapatkan pembelajaran yang seimbang antara pendidikan formal dan pendidikan Islam, serta menyeimbangkan kehidupan di dunia dengan kehidupan di akhirat (Solechah dkk., 2022).

Salah satu pondok pesantren yang menerapkan proses pembelajaran tersebut adalah Pondok Pesantren Tahfidh Manhajul Qur'an Kabupaten Kudus. Dilansir dari *posting*-an pondok pesantren @maqu_kudus (2023, 11 Januari) yang menyatakan bahwa Pondok Pesantren Tahfidh Manhajul Qur'an merupakan pondok pesantren semi modern berbasis Qur'an yang berkembang di pusat Kabupaten Kudus yang tidak jauh dari kompleks Menara Kudus. Pondok Pesantren Tahfidh Manhajul Qur'an memberikan kesempatan kepada para santri untuk melaksanakan sekolah formal yang dilaksanakan di luar pondok dimulai dari jenjang SD/MI sampai pada jenjang Takhasus.

Temuan dari hasil wawancara yang dilakukan dengan salah seorang ustadzah yang merupakan pengurus pondok pesantren mengungkapkan bahwa santri jenjang SD/MI cenderung akan melanjutkan pendidikannya di pondok pesantren sampai pada jenjang SMP/MTs. Akan tetapi, terdapat pula santri yang baru bergabung di Pondok Pesantren Tahfidh Manhajul Qur'an pada jenjang SMP/MTs, bukan sejak awal jenjang SD/MI. Santri yang berada pada jenjang SMP/MTs tentu sedang berada pada usia remaja. Masa remaja umumnya dibagi ke dalam tiga tahapan perkembangan, yakni remaja awal yang berada pada kisaran usia 12 hingga 15 tahun, remaja menengah dengan rentang usia 16 hingga 18 tahun, serta remaja akhir yang mencakup individu berusia 19 hingga 21 tahun (Diorarta & Mustikasari, 2020).

Pada konteks penelitian ini, remaja santri tingkat SMP/MTs berada pada fase remaja awal, yakni berusia antara 12 hingga 15 tahun yang mana pada usia ini remaja sedang mengalami transisi dalam perkembangan fisik, sosial, kognitif, dan emosi (Wahyuni, 2021). Perkembangan yang dialami oleh remaja cukup kompleks sebab dibarengi dengan adanya tantangan dalam prosesnya. Permasalahan pada usia remaja yang sering dialami seperti cenderung tidak suka bermain dalam kelompok, tidak tertarik untuk bergaul dengan teman-teman yang dianggap memiliki status ekonomi lebih tinggi, merasa sulit untuk mengakui kekalahan, memiliki sifat pemalu, perilaku kurang sopan, dan sering kali dilanda rasa iri hati (Na'imah & Dwiyanti, 2015). Remaja kerap dianggap sebagai periode kehidupan yang dipenuhi dengan kesukaran (Sarwono dalam Nursiah, 2022).

Kesukaran tersebut lebih terasa dialami oleh remaja putri sebab antara remaja putri dengan putra memiliki perbedaan karakteristik emosi yang disebabkan oleh perbedaan hormonal dan kondisi psikologis (Young dalam Ulfah & Syafrizaldi, 2017). Kondisi tersebut didukung dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Ulfah dan Syafrizaldi (2017) yang menghasilkan bahwa remaja perempuan memiliki kematangan emosi yang tergolong rendah, sementara remaja laki-laki memiliki kematangan emosi yang tinggi. Terlebih lagi pada remaja santri putri yang harus menuntaskan tugas perkembangan masa remaja di asrama pondok pesantren dan berjauhan dengan keluarga, serta tetap memiliki beban tuntutan tersendiri.

Beban tuntutan tersebut berasal dari segi pendidikan formal yang dijalani dan juga beban tuntutan yang berasal dari pondok pesantren. Sebagaimana hasil

wawancara yang telah dilakukan dengan salah satu pengurus pondok pesantren, beban tuntutan yang dialami oleh remaja santri putri seperti tugas-tugas akademik, hafalan Qur'an, pembelajaran kitab, tugas perkembangan tahap remaja itu sendiri, serta diperlukannya kemampuan bersosialisasi baik terhadap internal ataupun eksternal pondok pesantren sebab pelaksanaan sekolah formal berada di luar dari Pondok Pesantren Tahfidh Manhajul Qur'an. Kondisi tersebut tentu akan menimbulkan permasalahan tersendiri bagi remaja santri putri seperti dalam hal kesejahteraan psikologisnya.

Kesejahteraan psikologis sendiri diartikan sebagai situasi individu yang dapat menerima diri individu itu sendiri apa adanya, mampu membangun interaksi yang hangat dengan orang lain, mempunyai kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial, dapat mengendalikan lingkungan di sekitar individu, dapat menemukan makna dalam hidupnya, serta berusaha secara berkelanjutan untuk merealisasikan potensi yang dimiliki (Prabowo, 2016). Permasalahan kesejahteraan psikologis yang dialami oleh remaja santri dapat dilihat dari rendahnya tingkat kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh para santri yang diungkap melalui data dan fakta di lapangan.

Data fakta mengenai rendahnya kesejahteraan psikologis santri ditemukan oleh Fitriyani (2019) bahwa 44% santri MBS Sleman dan 48% santri Ibnu Qoyyim Putri memiliki *psychological well-being* yang rendah. Selain itu, sebanyak 53,25% remaja santri pondok pesantren Assalafi Al-Fitrah Surabaya pun memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah (Anggraeni, 2011). Temuan serupa bahwa terdapat 8 dari 10 santri yang memiliki kesejahteraan psikologis rendah (Luthfiyah

& Putrikita, 2024). Sebagaimana peneliti yang telah melakukan wawancara pendahuluan terhadap salah satu pengurus pondok pesantren untuk menggali fenomena serupa.

Penggalan data awal yang dilakukan oleh peneliti terhadap salah satu pengurus pondok pesantren, menemukan bahwa cukup banyak remaja santri putri tingkat SMP/MTs yang bercerita atau curhat secara personal kepada para pengurus yang mereka percaya terkait permasalahan penerimaan diri, pertengkaran dengan teman sebaya, dan sebagainya. Rendahnya kesejahteraan psikologis para santri tentu disebabkan oleh adanya indikator kesejahteraan psikologis yang masih belum terpenuhi oleh para santri yang sering kali tercermin melalui adanya perasaan cemas, kondisi tertekan, sulit beradaptasi, dan rendahnya kepercayaan diri yang dimiliki. Kondisi ini diperkuat oleh hasil wawancara pendahuluan terhadap tiga santri putri tingkat SMP/MTs Pondok Pesantren Tahfidh Manhajul Qur'an.

Berdasarkan data pendahuluan awal melalui pelaksanaan wawancara terhadap tiga santri putri tingkat SMP/MTs Pondok Pesantren Tahfidh Manhajul Qur'an, tercermin adanya permasalahan kesejahteraan psikologis yang dialami. Ketiga santri melaporkan adanya kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan pondok pesantren dalam hal peraturan ataupun rutinitas, adanya tekanan akademik dan target hafalan Qur'an, hingga pada adanya perasaan tidak mampu atau tidak percaya diri ketika membandingkan diri dengan teman sebaya di sekolah formal. Kondisi yang dialami oleh ketiga remaja santri putri tersebut sejalan dengan temuan Safira (dalam Deviana dkk., 2023) yang menyatakan bahwa

remaja dengan kesejahteraan psikologis rendah cenderung mengalami kesulitan dalam memotivasi diri, mengalami emosi negatif, hingga frustrasi.

Fenomena yang terjadi sesuai dengan teori Ryff dan Keyes (1995) yang menyebutkan bahwa kesejahteraan psikologis mencakup kemampuan menerima diri, menjalin relasi positif, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Ketika indikator-indikator ini tidak terpenuhi, remaja lebih rentan mengalami gangguan psikologis seperti stres dan kecemasan yang akan menghambat proses adaptasi, interaksi sosial, dan aktualisasi potensi diri (Ryff & Keyes, 1995; Huppert, 2009). Jika ditelisik, seharusnya individu remaja santri putri memiliki kesejahteraan psikologis yang baik dengan digambarkan adanya perasaan mandiri dalam menjalani kehidupan, memperoleh dukungan, puas akan kehidupan, serta memiliki perasaan bahagia (Mami & Suharman, 2015 dalam Melati & Barus, 2024). Selain itu, dengan mempunyai kesejahteraan psikologis yang baik, individu akan dapat mengarahkan serta memanfaatkan energi, serta aspek psikologisnya guna melaksanakan aktivitas yang bermakna, terutama dalam kegiatan yang melibatkan orang lain sehingga orang lain pun merasa termotivasi untuk ikut serta dalam aktivitas tersebut (Kiswantomo & Wardani, 2021). Ketika remaja santri putri mempunyai kesejahteraan psikologis yang baik, tentu akan memengaruhi sebagian kehidupan dari remaja santri putri.

Akan tetapi, kenyataannya terdapat santri yang mengalami permasalahan kesejahteraan psikologis sebagaimana hasil dari data fakta yang ditemukan dan berdasarkan penggalan data awal melalui wawancara terhadap pengurus pondok dan tiga remaja santri putri. Selain itu, fenomena di mana santri dituntut untuk dapat

memiliki kemandirian (Anggraeni dalam Suryatiningsih dkk., 2024) dan kehidupan pada pondok pesantren yang berbeda dengan kehidupan di sekolah umum (Fadhillah dalam Suryatiningsih dkk., 2024) menuntut santri untuk dapat menyesuaikan diri dengan kondisi baru tersebut. Dayana (dalam Suryatiningsih dkk., 2024) mengatakan bahwa kondisi baru yang dialami oleh santri akan menciptakan pengalaman yang menyenangkan ataupun kurang menyenangkan sehingga akan memengaruhi kesejahteraan psikologis para santri. Selain kondisi tersebut, terdapat faktor lain yang memengaruhi kesejahteraan psikologis santri.

Faktor tersebut seperti dukungan sosial, status sosial ekonomi, jaringan sosial, religiusitas, dan kepribadian (Ryff & Keyes, 1995). Fenomena yang terjadi dan berpengaruh pada kesejahteraan psikologis yang dimiliki remaja santri putri terhadap sebagian kehidupannya dapat disikapi dengan adanya kemampuan untuk membangkitkan emosi positif dalam diri sendiri ketika menghadapi permasalahan hidup dan menemukan cara yang tepat dan bijaksana untuk menyelesaikannya (Djarmiko dkk., 2023). Pengaruh lainnya, remaja santri putri akan merasakan dampak positif terhadap emosi dan suasana hati remaja santri putri sehingga berujung pada meningkatnya kepuasan diri serta hubungan yang baik dengan orang lain, sekaligus memungkinkan remaja santri putri untuk berfungsi secara efektif di lingkungan pondok pesantren (Prasetyaningrum dkk., 2022). Dengan begitu, kesejahteraan psikologis pada remaja santri putri perlu menjadi perhatian untuk dapat dimiliki oleh remaja santri putri. Kondisi kesejahteraan psikologis remaja santri putri akan semakin baik ketika didukung dengan adanya kemampuan dalam pengendalian emosi pada remaja.

Kemampuan dalam mengendalikan emosi pada remaja menjadi penting disebabkan masa remaja ialah periode yang dipenuhi oleh gejala emosi sehingga membuat remaja gampang dipengaruhi oleh lingkungan sekitar remaja tersebut (Fitria dkk., 2022). Dampak dari perubahan emosi yang tidak stabil berkaitan dengan kurangnya kemampuan remaja dalam mengelola dan mengendalikan emosinya (Fitria dkk., 2022). Remaja sebaiknya memiliki kecerdasan yang seimbang guna menghindari berbagai dampak negatif yang mungkin timbul akibat perubahan besar yang terjadi pada masa remaja (Hastuti & Baiti, 2019). Ketidakmampuan remaja dalam mengendalikan gejala emosi disebabkan oleh rendahnya kecerdasan emosional yang dapat berujung pada timbulnya berbagai masalah emosional (Fitria dkk., 2022). Sehingga remaja santri putri perlu memiliki kecerdasan emosional.

Kecerdasan emosional ialah kemampuan individu saat mengelola emosi secara cerdas dengan melibatkan keseimbangan antara emosi yang dirasakan dan cara individu mengungkapkannya, serta keterampilan dalam menyadari emosi diri sendiri yang mencakup kemampuan untuk mengatur diri, memotivasi diri, menunjukkan empati, dan memiliki keterampilan sosial yang baik (Maitrianti, 2021). Ketika remaja dengan kecerdasan emosional yang baik dan stabil, bisa menambah *psychological well-being* pada remaja (Wahyuni, 2021). Hal tersebut dikarenakan kecerdasan emosional serta kesejahteraan psikologis memiliki hubungan yang positif sebagaimana studi penelitian yang sudah dilaksanakan sebelumnya oleh peneliti terdahulu terkait hubungan kecerdasan emosional dengan kesejahteraan psikologis.

Studi terkait kecerdasan emosional dengan kesejahteraan psikologis yang sudah dikaji menghasilkan adanya hubungan positif di antara keduanya. Hal tersebut sesuai oleh riset yang dilaksanakan oleh Dinda dkk. (2024) terhadap 108 mahasiswa angkatan 2021 dan 2022 Universitas Negeri Padang yang menghasilkan bahwasannya ada keterkaitan positif diantara kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis. Kondisi serupa dihasilkan oleh Sari dan Desiningrum (2016) di mana adanya hubungan positif signifikan diantara kecerdasan emosional dengan *psychological well-being* pada taruna semester III Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. Pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwasanya terdapat keterkaitan diantara kecerdasan emosional dengan kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, peneliti tertarik mengkaji mengenai topik kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis pada remaja santri putri.

Peneliti tertarik melakukan penelitian dengan sampel remaja santri putri tingkat SMP/MTs di Pondok Pesantren Tahfidh Manhajul Qur'an Kabupaten Kudus dikarenakan remaja putri sedang mengalami dinamikanya terlebih pada remaja santri putri yang berada di lingkup pondok pesantren. Selain itu, masih belum ditemukan adanya penelitian yang mengkaji mengenai kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis yang berfokus pada remaja santri putri. Demikian juga, penelitian ini menjadi penting sebagai upaya memberikan masukan pada pihak pondok pesantren agar lebih memperhatikan atau mempertimbangkan kecerdasan emosional pada proses kegiatan di pondok pesantren untuk menghadapi kendala-kendala yang dialami remaja santri putri sehingga akan berefek pada kesejahteraan psikologisnya, serta akan meningkatkan

kualitas pendidikan yang diterima santri putri. Berlandaskan uraian latar belakang tersebut, peneliti merumuskan judul penelitian untuk dikaji “Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja Santri Putri Tingkat SMP/MTs di Pondok Pesantren Tahfidh Manhajul Qur’an Kabupaten Kudus.”

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang dikaji pada penelitian ini ialah apakah terdapat keterkaitan antara kecerdasan emosional dengan kesejahteraan psikologis terhadap remaja santri putri tingkat SMP/MTs di Pondok Pesantren Tahfidh Manhajul Qur’an Kabupaten Kudus?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan guna mengetahui keterkaitan antara kecerdasan emosional dengan kesejahteraan psikologis terhadap remaja santri putri tingkat SMP/MTs di Pondok Pesantren Tahfidh Manhajul Qur’an Kabupaten Kudus.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil studi ini dinantikan mampu memberi pengetahuan keterkaitan antara kecerdasan emosional dengan kesejahteraan psikologis pada remaja

santri putri tingkat SMP/MTs di Pondok Pesantren Tahfidh Manhajul Qur'an Kabupaten Kudus sehingga dapat memperluas dan memperkaya studi penelitian ilmiah atau riset di bidang ilmu psikologi, yaitu pada bidang ilmu psikologi klinis.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Partisipan Penelitian

Studi penelitian ini mampu memberi pengetahuan untuk partisipan penelitian mengenai krusialnya kecerdasan emosional serta kaitannya dengan kesejahteraan psikologis pada remaja santri putri.

b. Bagi Instansi Terkait

Penelitian yang telah dilaksanakan diharapkan mampu menggambarkan terkait kecerdasan emosional dengan kesejahteraan psikologis para remaja santri putri sehingga dapat menjadi dasar untuk menambah kesadaran mengenai psikologis santri serta dijadikan sebagai acuan dalam meningkatkan pembelajaran ke depannya.

c. Bagi Penelitian Berikutnya

Penelitian ini bisa memberikan informasi tambahan ataupun referensi yang bernilai untuk penelitian selanjutnya, terkhusus yang berhubungan oleh kecerdasan emosional dan

kesejahteraan psikologis, serta penelitian yang berkaitan dengan subjek santri pondok pesantren.