

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pentingnya kesejahteraan dan kebahagiaan merupakan sesuatu yang sangat ingin dimiliki setiap individu. Ryyf menyebutkan bahwasanya *psychological well being* atau lebih dikenal dengan kesejahteraan psikologis dan mental, termasuk skala tingkatan kemandirian juga hubungan yang positif dengan orang lain (Trankle 2006 dalam Setiawan et al., 2021)

Dalam pendapat tersebut menekankan bagaimana seharusnya setiap individu memiliki konsep kesejahteraan psikologis untuk menjadi acuan dalam menekankan emosi atau mental pada setiap diri individu, sehingga sikap positif dapat tercipta dalam melakukan setiap yang diinginkan.

Kesejahteraan psikologis merupakan suatu keadaan dimana individu mampu menerima dirinya apa adanya, mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidupnya, juga merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu (Ryff 1989 dalam Yuliani, 2018)

Pengertian mengenai kebahagiaan memang belum ditemukan pengertian secara pasti, karena sifatnya sangat subjektif dan setiap individu memiliki cara sendiri untuk menemukan apa yang dimaksud kebahagiaan yang berlaku bagi dirinya. Kebahagiaan yang mapu diartikan kebanyakan

orang lebih mengarah pada kemampuan seseorang yang menjalani kehidupan secara baik dan nyaman, individu yang bahagia bisa dikatakan sebagai individu yang mampu menikmati jalan hidupnya dengan senang hati (Fitriani, 2016).

*Psychological well being* juga sangat penting dimiliki oleh anak remaja. Dimana pada masa ini individu akan mencoba menunjukkan ekspresi dari kondisi mental yang dihadapi. Pada masa individu akan lebih kompetitif dalam segala tindakan yang mana tindakan tersebut dapat membuatnya bahagia. Seperti yang dikatakan Santrock (2007) remaja laki-laki cenderung memilih perilaku-perilaku yang akan membuat perasaan mereka bahagia. Laki-laki akan sering terlibat konflik, kompetensi, mengambil resiko serta memperlihatkan egonya daripada wanita. Ungkapan tersebut menandakan bagaimana perkembangan mental yang harus dihadapi oleh remaja terhadap perkembangannya. Sehingga konsep *psychological well being* sangat penting bagi perkembangan anak tidak terkecuali para remaja.

Kesejahteraan psikologis yang didasarkan pada teori Ryff, diketahui bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well being* ialah kepribadian. Sedangkan faktor lain yang mempengaruhi *psychological wellbeing* seseorang ialah status sosial ekonomi, jaringan sosial, kompetensi pribadi, religiusitas, dan jenis kelamin (Alwisol, 2004).

Teori dari Ellison mengatakan bahwa adanya korelasi antara religiusitas dengan *psychological wellbeing*, dimana pada individu dengan religiusitas yang kuat lebih tinggi tingkat *psychological well being* nya dan

semakin sedikit dampak negatif yang dirasakan dari peristiwa traumatik dalam hidup (Trankle, 2009). George dan Segler menunjukkan adanya hubungan positif antara agama dan keadaan psikologis individu, yaitu menunjukkan bahwa strategi menghadapi masalah yang tersering dilakukan oleh 100 responden terhadap peristiwa yang paling menimbulkan stres ialah berhubungan dengan agama dan keadaan religiusitas (Fitriani, 2016).

Religiusitas ialah sikap batin pribadi setiap manusia dihadapkan Tuhan yang sedikit banyak merupakan misteri bagi orang lain, yang mencakup totalitas kedalam pribadi manusia (Dister, 1988). Dalam batin, religiusitas dapat dilihat melalui perilaku, seperti keberagaman, yang menawarkan rasa aman dan kedekatan yang lebih tinggi kepada yang maha kuasa yang memberi perasaan aman (Aprianto, 2017).

Namun realitanya saat ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis masih kurang. Ditemukan berbagai penyimpangan tingkah laku dan kesulitan untuk menjalin hubungan yang positif dengan sesama, kesulitan dalam menentukan tujuan hidup dipesantren dan masih banyak sehingga membuat ketidaknyamanan itu ada. Hal ini menjadi indikasi bahwa *psychological well being* dan kesehatan mental remaja rendah.

Hasil survei KPAI tahun 2015 di 33 provinsi terhadap responden 800 keluarga di 33 provinsi di Indonesia ditemukan bahwa sebanyak 52% ibu sangat khawatir anaknya menjadi korban kekerasan di lembaga pendidikan manapun. Kekhawatiran dari orang tua tersebut memang cukup

beralasan, mengingat banyaknya kasus yang terjadi di lingkungan pendidikan, baik negeri, swasta bahkan sebagian kasus juga terjadi di sekolah berbasis agama atau pesantren (Setyawan, 2016).

Tidak sedikit orang-orang yang tidak dapat mengontrol dan menerapkan konsep *psychological wellbeing* tersebut dengan baik. Sehingga berakibatkan pada sesuatu yang tidak diinginkan. Penekanan pada mental atau emosi yang tidak tepat dapat mengakibatkan energi negatif yang dapat mempengaruhi setiap tindakan yang merugikan diri sendiri dan bahkan kepada orang lain. Kenyataan lain dari tindak *psychological well being* yang dapat dirasakan oleh remaja adalah tidak dapat mengontrol emosi atau mental dengan baik sehingga tidak menutup kemungkinan remaja tersebut akan mengalami perilaku sosial yang negatif yang tidak dapat bersikap optimis dalam setiap tindakannya.

Maka dengan demikian individu dengan tingkat religiusitas yang baik juga akan memiliki *psychological wellbeing* yang juga baik. Namun demikian pada realitanya tidak seperti itu. Tidak semua individu yang memiliki tingkat religiusitas yang baik akan memiliki *psychological well being* baik pula (Hasan, 2006).

Sehingga dampak tersebut menunjukkan rendahnya *psychological well being* yaitu hubungan positif dengan orang lain, dimana individu yang rendah pada dimensi ini kurang memiliki hubungan yang erat juga kurang percaya dengan orang lain. Tidak dapat mengatasi tekanan sosial dan tidak dapat bertindak sesuai dengan keyakinannya. Kemudian tidak dapat

menguasai lingkungan dan tidak memiliki tujuan hidup. Dan tidak memiliki pertumbuhan diri yang dapat dirasakan oleh individu itu sendiri.

Fenomena pada Pondok Pesantren Al-Iman Lamongan melihat fakta lapangan yang menunjukkan bahwa para santri tersebut rutin melaksanakan kegiatan pesantren diantaranya adalah sholat berjama'ah, melaksanakan program hafalan Al-Qur'an, hal ini dapat dikatakan bahwa santri secara religius lebih baik berdasarkan hal yang tersebut dalam dimensi-dimensi religiusitas.

Namun, ada kejenuhan di antara santri selama di Pesantren, bahkan beberapa santri merasa lebih nyaman berada di sekolah dan kurang nyaman dengan kegiatan pesantren. Benar jika mereka tidak melanggar aturan Pesantren karena mereka tidak ingin dihukum. Mereka tidak merasa terkekang dengan peraturan, tetapi para santri lebih nyaman berada di luar Pesantren.

Dalam mengendalikan penguasaan terhadap lingkungan santri memiliki ketidak mampuan disebabkan oleh faktor kegiatan diluar sekolah. Santri merasa sulit mengatur jadwal yang mereka punya. Hal ini membuat mereka merasa terbebani karena merasa ada tuntutan atau target yang harus mereka selesaikan. Seperti yang sudah dijabarkan oleh Ryff (1989) bahwa individu yang kurang baik dalam penguasaan dalam lingkungan akan menampakkan ketidak mampuan untuk mengatur kehidupan sehari-hari dan kurang memiliki kontrol terhadap lingkungannya, sebaliknya, orang yang memiliki kontrol atas lingkungannya memiliki kemampuan untuk

mengendalikan situasi sehingga mereka dapat berkembang sesuai dengan prinsip dan kebutuhan pribadi mereka.

Oleh karena itu penelitian ini dilakukan untuk melihat pengaruh *psychological well being* dari segi tingkat religiusitas santri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Al-iman Lamongan.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat religiusitas pada santri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Al-iman Lamongan?
2. Bagaimana *psychological well being* pada santri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Al-iman Lamongan?
3. Apakah terdapat pengaruh tingkat religiusitas terhadap *psychological well being* santri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Al-iman Lamongan?

## **C. Tujuan Penelitian**

Mengacu pada rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui tingkat religiusitas pada santri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Al-iman Lamongan.
2. Untuk mengetahui *psychological well being* pada santri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Al-iman Lamongan.

3. Untuk mengetahui pengaruh tingkat religiusitas terhadap *psychological well being* santri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Al-Iman Lamongan.

#### **D. Kegunaan Penelitian**

Kegunaan yang terdapat dari suatu penelitian menggambarkan nilai dan kualitas penelitian. Kegunaan pada penelitian ini penting untuk diteliti dengan harapan dapat bermanfaat sebagai berikut:

1. Kegunaan Teoritis

Dasar memberi sumbangan pemikiran bagi pengembangan keilmuan bidang religi dan psikologi pendidikan dan untuk mengetahui bahwa agama sebagai penyelamat juga semua ajarannya memberikan jaminan kepada manusia keselamatan di dunia dan di akhirat.

2. Kegunaan Praktis

- a. Bagi guru, dapat menambah wawasan dalam mendidik anak agar mendapatkan kesejahteraan psikologis
- b. Bagi santri, dapat memahami aspek religi yang dapat mempengaruhi *Psychological well being* karena religi juga memiliki elemen positif yang dapat membantu menyadarkan kita tentang bagaimana kita harus berperilaku dan menjalani kebiasaan dalam hidup kita.

#### **E. Sistematika Pembahasan**

Sistematika pembahasan merupakan kerangka yang terdiri dari alur atau susunan penulisan yang digunakan untuk membahas uraian singkat

mengenai penelitian yang akan dilakukan. Berikut adalah sistematika pembahasan dalam penelitian ini yaitu dimulai dari :

Bab I yang merupakan pendahuluan proposal skripsi terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian.

Bab II merupakan tinjauan pustaka dan kerangka teori. Tinjauan Pustaka berisi sepuluh penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti dan kerangka teori membahas konsep dasar dari penelitian ini.

Bab III merupakan metode penelitian yang berisi tentang pendekatan penelitian, jenis penelitian, variabel penelitian, populasi, sampel, lokasi, dan subjek penelitian, teknik pengumpulan data, definisi operasional variabel, validitas dan reliabilitas, serta analisis data.

Bab IV merupakan hasil penelitian dan pembahasan berisi keseluruhan informasi hasil penelitian yang sudah dilakukan yang disertai dengan pembahasan yang dijelaskan secara rinci oleh peneliti.

Bab V merupakan penutup yang berisi kesimpulan, serta penelitian yang telah dilaksanakan, dan penutup.

Daftar pustaka merupakan daftar keseluruhan sumber atau referensi yang digunakan oleh peneliti sebagai rujukan penelitian.

Bagian akhir merupakan ujung dari laporan penelitian yang berisi beberapa lampiran seperti pedoman penelitian, surat keterangan izin penelitian, instrumen penelitian, dan riwayat hidup.