

KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SANTRI INDONESIA

Juliani Prasetyaningrum¹, Feby Fadjaritha², Muhammad Fahmi Aziz³, Agus Sukarno⁴

^{1,2,3,4}Department Master of Psychology, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Email: yp111@ums.ac.id

Abstrak: Pondok pesantren merupakan produk sistem Pendidikan Islam yang merupakan produk asli Indonesia yang tidak dimiliki oleh negara lain. Sistem Pendidikan dan pengajaran di pondok pesantren menekankan bahwa seluruh aktifitas yang dilaksanakan dalam pesantren adalah ibadah. Tujuan dan karakteristik sistem Pendidikan di pondok pesantren juga diharapkan dapat mencetak santri dengan karakter yang kuat, yaitu santri yang dapat langsung berdayaguna bagi masyarakat. Untuk dapat membentuk karakter yang kuat pada santri, dibutuhkan kesejahteraan psikologis. Kondisi psikologis yang sejahtera, ternyata berpengaruh secara signifikan terhadap pembentukan karakter santri. Oleh karenanya bagi pengelola pondok pesantren, kesejahteraan psikologis santri merupakan hal penting yang menjadi perhatian utama. Penelitian ini adalah penelitian pengembangan instrument kesejahteraan psikologis santri yang disusun berdasarkan aspek kesejahteraan psikologis. Validasi item instrument ini menggunakan validitas isi dengan rumus CVI dari Aiken setelah diberi skor oleh expert judgement. Tujuan dari penelitian ini adalah mengembangkan instrument kesejahteraan psikologis bagi santri yang bisa digunakan untuk pertimbangan bagi pengurus pondok dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis santri. Subjek dalam penelitian ini adalah santri dari pondok pesantren atau boarding school di Indonesia tingkat SMA atau sederajat. Manfaat dari penelitian ini dapat mengidentifikasi tingkat kesejahteraan psikologis santri guna menjadi bahan pertimbangan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis santri. Hasil pengembangan instrumen Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia ini memiliki skor Cronbach Alpha sebesar 0,895.

Kata kunci: Kesejahteraan Psikologis; Pondok Pesantren; Santri

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara dengan mayoritas penduduk beragama Islam, yang memiliki kekhasan dalam sistem Pendidikan Islam yaitu dengan bentuk asrama yang disebut Pondok Pesantren. Menurut laman Kementerian Agama Republik Indonesia, jumlah pondok pesantren di Indonesia tercatat 26.974 yang tersebar di 34 provinsi, mulai Aceh sampai dengan Papua Barat. Dengan jumlah keseluruhan santri sebanyak 2.556.201 santri. Adapun jenjang pendidikannya lebih banyak setaraf Sekolah Menengah Pertama dan Sekolah Menengah Atas.

Pondok pesantren adalah produk sistem Pendidikan Islam yang merupakan produk asli dari Indonesia, yang tidak

dimiliki oleh negara lain (Ali, 2016). Sistem pendidikan dan pengajaran di Pondok Pesantren menekankan bahwa seluruh aktifitas yang dilaksanakan dalam pesantren adalah ibadah (Alwi, 2013). Fungsi Pesantren tidak hanya bertujuan memberikan pemahaman agama bagi para santri atau sekedar transfer keilmuan Islam (Syafe'I, 2017). Sesuai dengan firman Allah:

وَمَا كَانَ الْمُؤْمِنُونَ لِيَنْفِرُوا كَافَّةً ۚ فَلَوْلَا نَفَرَ مِن كُلِّ فِرْقَةٍ مِّنْهُمْ طَائِفَةٌ لِّيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ وَلِيُنذِرُوا قَوْمَهُمْ إِذَا رَجَعُوا إِلَيْهِمْ لَعَلَّهُمْ يَحْذَرُونَ

“Tidak sepatutnya bagi mukminin itu pergi semuanya (ke medan perang). Mengapa tidak pergi dari tiap-tiap golongan di antara

mereka beberapa orang untuk memperdalam pengetahuan mereka tentang agama dan untuk memberi peringatan kepada kaumnya apabila mereka telah kembali kepadanya, supaya mereka itu dapat menjaga dirinya.” (QS At Taubah: 122).

Hal ini selaras dengan pendapat Tholkhah Hasan (dalam Wahidah, 2015), bahwa fungsi pesantren adalah: (1) sebagai Lembaga pentransfer ilmu – ilmu agama dan nilai – nilai Islam secara keseluruhan, (2) sebagai Lembaga kontrol social, dan (3) sebagai Lembaga yang melakukan rekayasa sosial atau pengembangan masyarakat. Menurut Imam (2017), Sistem kurikulum pondok pesantren dirancang untuk memberikan lulusan pondok berkualitas yang dapat beradaptasi dan diterima di masyarakat (Kholid, 2016). Nilai – nilai dasar pondok pesantren adalah komitmen untuk memahamai agama dan nilai Islam sepanjang waktu, pendidikannya terpadu dengan seluruh kehidupan santri. Cakupan konsep pendidikan yang utuh berupa kognitif, afektif, dan psikomotorik, keragaman yang bebas, mandiri serta bertanggung jawab (Wahidah, 2015).

Masing – masing Pondok Pesantren mempunyai karakteristik khusus profil lulusan yang berbeda – beda sesuai dengan lembaga pondok masing – masing, namun secara umum profil lulusan yang diharapkan tercantum dalam Keputusan Direktur Jenderal Pendidikan Islam Nomor 4832 Tahun 2018 Tentang Standar Kompetensi Lulusan Pesantren Salafiyah berupa kompetensi inti dan kompetensi dasar yang harus dimiliki santri lulusan. Kompetensi inti yang menjadi acuan lulusan santri adalah kompetensi inti sikap, pengetahuan dan ketrampilan. Adapun kompetensi dasar santri meliputi kemampuan menghafal Al Qur’an dan ‘Ulum Al Qur’an, Hadist

dan Ilmu Hadist, Tauhid dan Ilmu Kalam, Tarikh, Fiqh dan Ushul Fiqh, Akhlaq dan Tasawuf serta ‘Ulum Al Lughah. Tujuan dan karakteristik sistem pendidikan di Pondok Pesantren juga diharapkan dapat mencetak santri dengan karakter yang kuat. Menurut hasil penelitian Fuad (2011), karakter kuat yang dimiliki santri Indonesia adalah (1) Kebersyukuran, (2) Keadilan, (3) Kewarganegaraan, (4) Kebaikan hati, dan (5) Harapan.

Sistem pendidikan Pondok Pesantren yang menyeluruh, mencakup seluruh kehidupan santri yang aktivitas sehari-harinya dalam pemantauan pengelola Pondok 24 jam per hari. Selain itu karakteristik lulusan juga diharapkan dapat langsung berdayaguna pada masyarakat dengan karakter yang kuat. Oleh karenanya kesejahteraan psikologis santri menjadi bagian penting yang mendapat perhatian dari semua pihak khususnya pengelola Pondok Pesantren. Hasil penelitian awal yang dilakukan Ramadhan (2012), ditemukan beberapa santri yang merasa tertekan dengan program pondok, dengan kegiatan setiap harinya yang memunculkan rasa bosan bahkan putus asa karena target yang harus dicapai. Selain itu, kadang muncul keinginan untuk menyerah dengan padatnya kegiatan yang harus dijalani. Senada dengan penelitian di atas, Revelia (2016) dalam penelitiannya menemukan adanya santri yang merasa terkekang kebebasannya yang menyebabkan santri tidak betah hidup dalam pondok pesantren. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran terhadap kondisi kesejahteraan psikologis santri di Indonesia melalui alat ukur kesejahteraan psikologis santri. Instrumen yang akan disusun dan dikembangkan diharapkan dapat mendeteksi dan mengidentifikasi kesejahteraan psikologis santri (Santri Psychological WellBeing) di Indonesia.

LITERATUR REVIEW

Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis adalah suatu keadaan saat individu mampu menerima dirinya, memiliki kemandirian pada tekanan dalam hidupnya, mampu membentuk hubungan hangat dengan orang lain, mampu mengontrol lingkungan, memiliki tujuan hidup dan mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu (Ryff, 1989). Maryam (2013) menyatakan kesejahteraan psikologis adalah pencapaian penuh dari potensi psikologi seseorang dan suatu keadaan individu yang dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya. Lebih lanjut Maryam (2013) menjelaskan bahwa individu yang kesejahteraan psikologisnya optimal, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, dan terus tumbuh secara personal. Adapun Ismawati (2013) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai kemampuan individu dalam menerima dirinya apa adanya, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mandiri terhadap tekanan sosial, mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidup, serta secara berkelanjutan merealisasikan potensi dirinya.

Menurut Karyani, dkk (2014b), kesejahteraan psikologis siswa ditunjukkan dengan rasa aman/tentram/damai, tercapai tujuan/keinginan, merasa bahagia, rukun dan saling menolong. Penemuan ini hampir sama dengan penelitian di Inggris dan Scotlandia, yang menyebutkan bahwa ada lima kunci kesejahteraan, yaitu: sehat, aman, sejahtera, gembira, berprestasi, bertanggung jawab dan memberi kontribusi positif bagi lingkungan.

Kesejahteraan siswa/santri adalah derajat keefektifan fungsi siswa/santri dalam komunitas sekolah/pesantren

dan derajat ketika siswa/santri merasa baik/nyaman di lingkungan sekolah/pesantrennya (DeFraine, dalam Karyani, dkk, 2014a). Definisi lain, yaitu bahwa kesejahteraan siswa adalah keadaan sikap yang relatif konsisten dan suasana hati positif, resilien, puas terhadap diri sendiri, terhadap orang lain serta pada harapan – harapan sekolah (Tim peneliti ACU & EI, dalam Karyani, dkk. 2014a). Oleh karenanya siswa/santri yang memiliki kesejahteraan (wellbeing) adalah siswa yang memiliki afek positif dalam emosi maupun suasana hati, sehingga muncul kepuasan terhadap diri sendiri maupun dalam berhubungan dengan orang lain, serta mampu berfungsi secara efektif di sekolah/pesantren.

Dimensi Kesejahteraan Psikologis

Ryff (1989) membagi kesejahteraan psikologis menjadi enam dimensi; (1) Penerimaan diri (self-acceptance), yaitu sikap positif dan menerima semua hal yang ada dalam diri individu, baik hal positif maupun hal negatif dan baik dimasa lalu maupun masa sekarang. Individu dengan penerimaan diri yang baik akan puas dalam menjalani kehidupannya. (2) Hubungan positif dengan orang lain (positive relationship with others), yang diartikan sebagai kemampuan untuk menjalin hubungan yang baik dengan sekitarnya. Dicitrakan dengan hubungan yang hangat dan saling percaya serta sikap peduli dengan kesejahteraan orang lain. (3) Otonomi (autonomy), adalah kemampuan untuk mengatur hidupnya sendiri, bebas namun memiliki keteraturan hidup tanpa banyak mempertimbangkan penilaian orang lain. Individu dengan otonomi diri mempunyai pendirian yang kuat saat mengambil keputusan yang penting. (4) Penguasaan lingkungan (environmental mastery), adalah kemampuan untuk mengontrol lingkungan sesuai dengan psikis individu. Menciptakan lingkungan

yang diinginkan sesuai dengan keadaan dirinya. Individu tidak bergantung dengan lingkungannya untuk mencapai tujuannya. (5) Tujuan hidup (*purpose in life*), meliputi kesadaran dan keyakinan akan tujuan dan arah hidup dan terarah menuju kesana. Mempunyai pemahaman yang jelas mengenai makna hidupnya. (6) Pertumbuhan pribadi (*personal growth*), adalah kemampuan untuk terus bertumbuh, mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya, terbuka dengan pengalaman yang dapat mengembangkan potensinya dan sadar akan perkembangan yang sudah diraih.

Seligman (2005) membagi dimensi kesejahteraan psikologi menjadi 5 dimensi, yaitu (1) hubungan positif dengan lingkungan sekitar, (2) keterlibatan dalam lingkungan keseharian, baik dalam karir, hobi dan keluarga, (3) menemukan makna dalam hidup, (4) optimisme yang realistis, dan (5) resiliensi terhadap masalah yang dihadapi. Winefield dkk (2012) membagi dimensi kesejahteraan psikologis menjadi 3, yaitu: (1) Kepuasan hidup, (2) Hubungan sosial yang mendukung, dan (3) Kontrol diri yang berhubungan dengan penguasaan lingkungan.

Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis

Ryff (1989), mengemukakan factor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang, adalah: (1) Faktor Demografis, yaitu: usia, status social ekonomi, jenis kelamin, dan budaya. (2) Dukungan sosial, adalah dukungan berupa rasa nyaman, perhatian dan pertolongan yang diberikan oleh lingkungan sekitar seperti keluarga, teman, rekan kerja maupun organisasi. (3) Evaluasi terhadap Pengalaman Hidup, yaitu sebuah penilaian terhadap pengalaman hidupnya dimasa lalu yang dijadikan pelajaran dan pertimbangan untuk melakukan sesuatu. Locus Of Control (LOC) adalah harapan seseorang

mengenai pengendalian (kontrol) terhadap penguatan (*reinforcement*) dengan mengikuti perilaku tertentu, dapat memprediksi kesejahteraan psikologis seseorang.

Maryam (2013) menyebutkan beberapa factor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis; yaitu: (1) Status social ekonomi, meliputi tingkat pendidikan, besar penghasilan dan status social di masyarakat. (2) Jaringan sosial, meliputi aktivitas sosial, perkumpulan, keanggotaan dalam organisasi sosial. (3) Kompetensi pribadi, adalah kemampuan dan kelebihan yang dimiliki yang dapat digunakan dalam keseharian. (4) Kepribadian, ialah kemampuan pribadi dan sosial seperti penerimaan diri, coping stress, resiliensi dan menjalin hubungan baik dengan orang sekitar. (5) Religiusitas, berkaitan dengan hubungan kepada Tuhan dalam persoalan sehari hari. Individu dengan religiusitas tinggi dapat memberikan makna pada setiap kejadian dalam hidupnya, (6) Jenis kelamin, yang dapat mempengaruhi kemampuan coping stress. Wanita lebih mampu mengekspresikan perasaannya untuk menurunkan stresnya dibanding laki laki. Wanita juga lebih mampu menjalin hubungan baik dengan orang sekitar.

Pondok Pesantren

Pesantren berasal dari kata *pesantrian*, berarti tempat tinggal santri atau murid. Pondok berasal dari kata *funduq* dari bahasa arab yang artinya penginapan atau asrama. Di dalam pesantren/pondok pesantren dipimpin oleh seorang kyai dan orang – orang yang ditunjuk untuk mengelola pesantren serta mengelola organisasi atau lembaga yang berada dalam pesantren (Hidayat, 2016).

Secara umum pesantren dapat dikategorikan menjadi 2 jenis, yaitu Pesantren Salafiyah, yang masih tetap mempertahankan sistem pendidikan

khas pondok pesantren, baik kurikulum maupun metode pendidikannya. Bahan ajar meliputi ilmu-ilmu Agama Islam, dengan menggunakan kitab-kitab klasik berbahasa Arab yang sesuai dengan tingkat kemampuan masing-masing santri. Yang kedua adalah Pesantren Kholafiyah, yaitu Pondok pesantren yang mengadopsi sistem madrasah atau sekolah, dengan kurikulum dari pemerintah baik dari Departemen Agama, maupun Departemen Pendidikan Nasional (Noor, 2015).

Santri

Secara etimologis, istilah santri, menurut Zamakhsyari Dhofier, berasal dari ikatan kata sant (manusia baik) dan kata tri (suka menolong), sehingga santri adalah orang baik yang suka menolong dan bekerja sama secara kolektif (Mughits, 2004). Secara umum, santri adalah orang yang belajar agama dan mendalami agama Islam di sebuah pesantrian (pesantren) yang menjadi tempat belajarnya (Hidayat, 2016).

Hidayat (2016) membagi santri menjadi 2 yang pertama adalah santri mukim. Santri mukim adalah santri yang berasal dari jauh dan tinggal di asrama atau di lingkungan pondok. Santri yang sudah lama mukim di pesantren biasanya menjadi kelompok tersendiri dan sudah memikul tanggung jawab untuk membantu mengurus pesantren. Kedua adalah santri kalong, yaitu santri yang tinggal di kampung sekitar pondok dan hanya datang ke pondok saat waktu mengaji.

Kesejahteraan Psikologis Santri Pondok Pesantren

Penyusunan alat ukur kesejahteraan psikologis santri berpijak pada ketiga teori kesejahteraan psikologis di atas, dengan mengambil dimensi yang sesuai dengan kebutuhan santri. Untuk itu dirumuskan

definisi normatif kesejahteraan psikologis santri yaitu santri yang memiliki afek positif dalam emosi maupun suasana hati, sehingga muncul kepuasan terhadap diri sendiri dan menerima keadaan dirinya sebagai santri. Hal ini membuatnya mampu menjalin hubungan dengan lingkungan pondok, dapat berfungsi secara efektif di pesantren dalam bentuk terlibat aktif dengan kegiatan pondok serta dapat menghadapi dan mengatasi masalah yang ditemui (Fattah, 2020).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian pengembangan alat ukur. Subjek penelitian adalah santri kelas XI dan XII yang tinggal di asrama, dan berasal dari pondok yang berada di Provinsi Jawa Tengah, Provinsi DI Yogyakarta, Provinsi Jawa Barat dan Provinsi Papua.

Teknik Penumpukan Data. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan google form yang berisi pernyataan yang akan diisi oleh subjek penelitian (Saputra, 2021).

Teknik Analisis Data. Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini mempunyai 2 tahapan. Tahap pertama yaitu validasi isi instrumen. Instrumen yang sudah dibuat ditelaah dan diberi skor oleh rater (Expert judgement). Hasil skor yang diperoleh akan dihitung menggunakan rumus CVI Aiken untuk mendapatkan skor validitas instrumen. Tahap kedua hasil uji coba yang sudah dilakukan akan dihitung menggunakan Aplikasi IteMan untuk mengetahui kesukaran butir, daya beda soal, reliabilitas tes, dan kesalahan pengukuran (Titin, 2021)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Merumuskan Indikator dan Item Instrumen Penelitian

Berdasarkan beberapa domain kesejahteraan psikologis yaitu penerimaan

diri, mampu beradaptasi dengan lingkungan dan kokoh menghadapi masalah, dikembangkan menjadi 6 aspek yaitu pribadi, emosi, fisik, sosial, spiritual, dan kognitif. Kemudian dikembangkan lagi menjadi beberapa indikator sehingga dapat mewakili dari setiap aspek tersebut. Aspek pribadi, emosi, fisik dan kognitif terdapat 2 indikator, aspek spiritual terdapat 1 indikator. Pada aspek sosial terdapat 3 indicator pada domain mampu beradaptasi dengan lingkungan dan 3 indikator pada domain kokoh menghadapi masalah.

Kemudian, dari setiap indikator tersebut masing-masing dikembangkan menjadi beberapa item yang dapat menggambarkan indikator yang dimaksud. Item yang dirumuskan terdiri dari dua jenis, yaitu item favorable (F) dan item unfavorable (UF). Secara keseluruhan item yang dirumuskan berjumlah 71 yang selanjutnya akan dilakukan uji validitas isi dari setiap item. Aspek, indikator, jenis item dan jumlah item dari instrumen kesejahteraan psikologi santri Indonesia untuk uji validitas, dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Domain, Aspek, dan Indikator Kesejahteraan Psikologis

Domain	Aspek	Indikator	Jenis aitem		Jumlah
			F	UF	
Penerimaan diri	Pribadi	Memiliki perasaan positif pada diri	1,2,3	4,5	5
		Dapat menerima keadaan	6,7	8,9	4
	Emosi	Merasa Bahagia	10,11	12,13	4
		Memiliki semangat	14,15	16,17	4
	Fisik	Sehat jasmani	18,19	20,21	4
Tercukupi kebutuhan pokok		22,23	24,25,26	5	
Mampu beradaptasi dengan lingkungan	sosial	Merasa nyaman dengan teman	27,28	29,30	4
		Merasa nyaman dengan musyrif dan pengelola pondok	31,32,33	34,35	5
	spiritual	Mengikuti program pondok dengan baik	36,37	38,39	4
		Melaksanakan ibadah dengan nyaman	40,41	42,43	4
Kokoh menghadapi masalah	sosial	Dapat berkomunikasi dengan nyaman	44,45	46,47	4
		Dapat mengemukakan pendapat	48,49	50,51,52	5
		Tidak merasakhawatir	53,54,55	56,57,58,59	7
	kognitif	Mempunyai sahabat	60,61	62,63	4
		Bangga dengan nilai yang didapatkan	64,65	66,67	4
		Tidak sedih berkepanjangan	68,69	70,71	4
		Total aitem	35	36	71

Uji Validitas Isi

Blueprint instrument selanjutnya diproses validasi isi instrument oleh tiga rater (expert judgement) yang merupakan dosen pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Hasil telaah rater akan direvisi sesuai arahan dari masing masing rater, kemudian hasil penilaian oleh ahli dianalisis dengan menggunakan formula Aiken untuk menemukan koefisien validitas isi.

Dengan 3 penilai, maka menurut Aiken (1985) aitem dikatakan memiliki validitas yang baik bila koefisien $V = 1$, dengan nilai moderate $\geq 0,67$.

Perhitungan skor instrument menggunakan rumus CVI Aiken diperoleh hasil item valid sebanyak 30 aitem, aitem valid moderat sebanyak 33 aitem, dan aitem tidak valid sebanyak 8 aitem. Hasil rumus CVI dapat dilihat pada Table 2.

Tabel 2. Uji Validitas Isi Instrumen Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia

	No Aitem	Indikator	F/UF	CVI	Keterangan
Pribadi	1		(F)	0,89	Valid Moderate
	2	Memiliki perasaan positif pada diri	(F)	1,00	Valid
	3		(F)	1,00	Valid
	4		(UF)	0,67	Valid Moderate
	5		(UF)	0,67	Valid Moderate
	6		(F)	1,00	Valid
	7	Dapat Menerima keadaan	(F)	0,89	Valid Moderate
	8		(UF)	1,00	Valid
	9		(UF)	1,00	Valid
	10		(F)	1,00	Valid
Emosi	11	Merasa bahagia	(F)	0,89	Valid Moderate
	12		(UF)	1,00	Valid
	13		(UF)	1,00	Valid
	14		(F)	1,00	Valid
	15	Memiliki semangat	(F)	0,89	Valid Moderate
	16		(UF)	1,00	Valid
	17		(UF)	0,89	Valid Moderate
	18		(F)	0,56	Tidak Valid
Fisik	19	Sehat jasmani	(F)	0,89	Valid Moderate
	20		(UF)	0,89	Valid Moderate
	21		(UF)	0,78	Valid Moderate
	22		(F)	0,89	Valid Moderate
	23		(F)	0,78	Valid Moderate
	24	Tercukupi kebutuhan pokok	(UF)	0,89	Valid Moderate
	25		(UF)	0,44	Tidak Valid
	26		(UF)	0,78	Valid Moderate

	No Aitem	Indikator	F/UF	CVI	Keterangan	
	27		(F)	1,00	Valid	
Sosial	28	Merasa nyaman dengan teman	(F)	0,89	Valid Moderate	
	29		(UF)	1,00	Valid	
	30		(UF)	1,00	Valid	
	31		(F)	0,89	Valid Moderate	
	32	Merasa nyaman dengan Musyrif, Ustadz/Ustadzah, pengelola pondok	(F)	0,78	Valid Moderate	
	33		(F)	1,00	Valid	
	34		(UF)	1,00	Valid	
	35		(UF)	0,67	Valid Moderate	
		36		(F)	0,78	Valid Moderate
		37	Mengikuti program pondok dengan baik	(F)	0,89	Valid Moderate
		38		(UF)	1,00	Valid
		39		(UF)	1,00	Valid
	40		(F)	1,00	Valid	
Spiritual	41	Melaksanakan ibadah dengan nyaman	(F)	1,00	Valid	
	42		(UF)	1,00	Valid	
	43		(UF)	0,56	Tidak Valid	
	44		(F)	1,00	Valid	
	45	Dapat berkomunikasi dengan nyaman	(F)	1,00	Valid	
	46		(UF)	1,00	Valid	
	47		(UF)	0,56	Tidak Valid	
	48		(F)	0,89	Valid Moderate	
	49		(F)	0,89	Valid Moderate	
	50	Dapat mengemukakan pendapat	(UF)	0,89	Valid Moderate	
51	(UF)		1,00	Valid		
52	(UF)		0,56	Tidak Valid		
Sosial	53		(F)	1,00	Valid	
	54		(F)	1,00	Valid	
	55		(F)	1,00	Valid	
	56	Tidak merasa khawatir	(UF)	1,00	Valid	
	57		(UF)	0,78	Valid Moderate	
	58		(UF)	0,89	Valid Moderate	
	59		(UF)	0,67	Valid Moderate	
	60		(F)	0,89	Valid Moderate	
	61	Memiliki sahabat	(F)	1,00	Valid	
	62		(UF)	0,78	Valid Moderate	
	63		(UF)	0,56	Tidak Valid	

	No Aitem	Indikator	F/UF	CVI	Keterangan
Kognitif	64		(F)	0,89	Valid Moderate
	65	Bangga dengan nilai yang didapatkan	(F)	0,89	Valid Moderate
	66		(UF)	0,56	Tidak Valid
	67		(UF)	0,56	Tidak Valid
	68		(F)	1,00	Valid
	69	Tidak sedih berkepanjangan dalam menghadapi kesulitan	(F)	0,78	Valid Moderate
	70		(UF)	0,89	Valid Moderate
	71		(UF)	0,78	Valid Moderate

Penyusunan Instrumen setelah Validasi

Hasil CVI dan revisi rater dengan keterangan valid dan valid moderate yang akan digunakan untuk uji coba instrumen. Blue print instrumen disusun kembali dan disesuaikan jumlahnya pada setiap aspek dan indikator dengan arahan dari expert judgement. Blue print instrument Kesejahteraan Psikologis Santri setelah validasi dapat dilihat pada Table 3.

Tabel 3. *Blue Print* Instrumen Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia

Aspek	Indikator	Jenis aitem		Jumlah
		F	UF	
Pribadi	Dapat menerima keadaan	1,2	3,4	4
	Berusaha menjadi santri yang baik	5,6	7,8	4
Emosi	Memiliki perasaan positif pada diri	9,10	11,12	4
	Memiliki semangat	13,14	15,16	4
	Merasa nyaman di lingkungan pondok	17,18,19	20,21	5
Sosial	Dapat berkomunikasi dengan nyaman	22,23,24	25,26	5
Fisik	Sehat jasmani	27,28	29,30	4
	Tercukupi kebutuhan pokok	31,32	33,34	4
Spiritual	Yakin pada Allah dalam menghadapi masalah	35,36	37,38	4
	Menjadikan ibadah sebagai sarana penguatan dalam menghadapi masalah	39,40	41,42	4
kognitif	Berusaha menyelesaikan tugas akademis pondok	43,44	45,46	4
	Mencari jalan keluar dari permasalahan yang dihadapi	47,48	49,50	4
Total aitem		26	24	50

Uji Coba Instrumen Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia

Tahap uji coba instrumen dilakukan dengan menggunakan google form di 11 pondok pesantren. Responden yang mengisi instrumen merupakan santri SMA kelas XI dan XII yang tinggal di pondok pesantren. Tahap ini dilakukan dengan membagikan instrumen kepada 100 responden dengan kriteria tersebut. Hasil dari tahap ini kemudian di analisis menggunakan Aplikasi IteMan untuk mengetahui Koefisien Reliabilitas instrumen. Hasil uji coba yang sudah diolah dengan menggunakan Aplikasi IteMan dan mendapatkan hasil Reliabilitas Alpha sebesar 0.895.

Hasil Uji Coba Instrumen Penelitian

Berdasarkan hasil uji coba instrumen penelitian Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia terhadap 100 siswa di 11 pondok pesantren atau boarding school, dapat diketahui mengenai kesejahteraan psikologis dari setiap santri, yang dapat dilihat pada lampiran 3. Secara keseluruhan, terdapat 16 santri dengan kategori kesejahteraan psikologis tinggi, 69 santri dengan kategori sedang, dan 15 santri dengan kategori rendah.

Intepretasi Hasil Uji Coba

Kategori kesejahteraan psikologis Santri Indonesia, terbagi menjadi 3 bagian yaitu tinggi, sedang dan rendah. Secara umum, nilai skor total yang didapat dari 100 responden yang berasal dari 11 pondok pesantren dan *boarding school* adalah: 16 santri mempunyai kesejahteraan psikologis dengan kategori tinggi, 69 santri dengan kategori sedang, dan 15 santri mempunyai kesejahteraan psikologis kategori rendah. Salah satu subjek yang mendapat skor total tinggi adalah subjek ke 22. Subjek ke 22 mendapat skor total tertinggi dan mendapat nilai dengan kategori tinggi di

setiap aspek. Pada urutan skor tertinggi selanjutnya adalah subjek ke 14, mendapat nilai dengan kategori tinggi pada total skor keseluruhan dan setiap aspek.

Subjek yang mendapat nilai dengan kategori sedang sebanyak 69 subjek. Salah satu subjek yang mendapat total skor kategori sedang adalah subjek ke 57. Subjek mendapat total skor dengan rincian aspek pribadi, emosi, dan spiritual mendapat nilai kategori sedang, dan aspek fisik, sosial, kognitif mendapat nilai tinggi. Subjek lain yang mendapat total skor sedang adalah subjek 20. Subjek 20 mendapat nilai sedang dengan rincian aspek pribadi, fisik, spiritual, kognitif mendapat nilai sedang dan aspek emosi serta sosial mendapat nilai tinggi.

Subjek yang mendapat nilai dengan kategori rendah sebanyak 15 subjek. Salah satunya adalah subjek ke 8. Subjek 8 mendapat total skor rendah dengan rincian aspek pribadi dan spiritual mendapat nilai sedang, serta aspek emosi, sosial, fisik, kognitif mendapat nilai rendah. Subjek yang mendapat total skor rendah lainnya adalah subjek ke 98. Walaupun subjek 98 memiliki total skor rendah, namun pada aspek kognitif subjek mendapat nilai tinggi. Subjek dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dengan memperbaiki aspek -aspek yang mendapat nilai rendah seperti aspek fisik, emosi dan aspek pribadi.

KESIMPULAN

Bagian Proses pengembangan instrumen Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia terbagi dalam beberapa tahap, antara lain: merumuskan indikator dan item instrumen penelitian, melakukan uji validitas isi item instrumen penelitian, penyusunan ulang instrumen penelitian, dan tahap uji coba instrumen Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia. Instrumen Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia

dikembangkan memiliki 50 item dengan alternatif jawaban Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Setelah melakukan analisis, instrumen Kesejahteraan Santri Indonesia ini memiliki skor *Cronbach Alpha* sebesar 0,895.

Hasil uji coba instrumen penelitian Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia terhadap 100 santri di 11 pondok pesantren dan *boarding school* terdapat 16 santri dengan kategori kesejahteraan psikologis tinggi, 69 santri dengan kategori sedang, dan 15 santri dengan kategori kesejahteraan psikologis rendah. Secara keseluruhan, rata-rata kesejahteraan psikologis dalam kategori sedang yaitu sebanyak 69 siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih penulis kepada Ketua Program Studi Magister Psikologi Sains, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, Ibu Dr. Eny Purwandari, M. Si atas kesempatan yang diberikan dan kepada Profesor Drs. Kumaidi, M.A., Ph. D yang telah memberikan bimbingan dalam menyusun laporan ini. Ucapan terima kasih juga penulis tujukan kepada *Expert Judgement* yang membantu memberikan penilaian terhadap instrument penelitian, dan para santri yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini. Semoga Allah Azza Wa Jalla memberikan balasan terbaik untuk kita semua.

REFERENSI

- [1]. Aiken, L. R. (1985). Three Coefficients for Analyzing the Reliability and Validity of Ratings. *Educational and Psychological Measurement*, 45(1), 131–142. <https://doi.org/10.1177/0013164485451012>
- [2]. Ali, M. (2016). Dinamika Dan Peran Pondok Pesantren Dalam Pendidikan Islam Sejak Era Kolonialisme Hingga Masa Kini. *Edukasi Islami Jurnal Pendidikan Islam*, 05, 1295–1309.
- [3]. Alwi, B. M. (2016). PONDOK PESANTREN: CIRI KHAS, PERKEMBANGAN, DAN SISTEM PENDIDIKANNYA. *Lentera Pendidikan : Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*, 16(2), 205–219. <https://doi.org/10.24252/lp.2013v16n2a8>
- [4]. Fattah, S. M.J. 2020. Contribution Boarding Schools for Social Changes in Central Java Indonesia. *Int. J. Psychosoc. Rehabil* 24 (06), 7851-7859
- [5]. Fraine, B. De, Landeghem, G. Van, Damme, J. Van, & Onghena, P. (2005). An Analysis of WellBeing in Secondary School with Multilevel Growth Curve models and Multilevel Multivariate Models. *Quality & Quantity*, 39(3), 297–316. <https://doi.org/10.1007/s11135-004-5010-1>
- [6]. <https://ditpdpontren.kemenag.go.id/pdpp/statistik>
- [7]. <http://www.psywb.com/content/content/2/1/3>
- [8]. <https://simpuh.kemenag.go.id/regulasi>
- [9]. Ismawati. (2013). Peran perubahan organisasi dengan kesejahteraan psikologi karyawan PT PLN area malang. *Fakultas psikologi UIN malang*. Skripsi.
- [10]. Junaidi, K. (2016). SISTEM PENDIDIKAN PONDOK PESANTREN DI INDONESIA (Suatu Kajian Sistem Kurikulum di Pondok Pesantren Lirboyo). *ISTAWA: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(2), 95–110.

- [11]. Karyani, U., Prihartanti, N., Pratisti W. D., Lestari, R., Hertinjung, W.S., Prasetyaningrum, J., Yuwono, S., & Partini. (2015). *The Dimensions of Student Well-being*. 978–979.
- [12]. Karyani, U., Prihartanti, N., Pratisti, W. D., Lestari, R., Hertinjung, W. S., Prasetyaningrum, J., Yuwono, S., & Partini. (2015). Pengembangan Instrumen Pengukuran Kesejahteraan Siswa. *University Research Colloquium 2015*, 65–74. <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/bitstream/handle/11617/5134/7.pdf?sequence=1>
- [13]. Maryam, S. (2013). Potret kesejahteraan psikologi waria anggota Iwama. *Fakultas Psikologi UIN Malang*. Skripsi
- [14]. Nashori, F. (2011). KEKUATAN KARAKTER SANTRI. *Millah*, 11(1), 203–219. <https://doi.org/10.20885/millah.vol11.iss1.art10>
- [15]. Qomariyah, T. 2021. Hubungan Antara Religiusitas Dan Kesehatan Mental Dengan Motivasi Mengajar Guru Di Sekolah Dasar Islam Terpadu (Sdit) Ar-Risalah Surakarta Tahun 2021
- [16]. Ramadhan, Y. A. (2012). Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Santri Penghafal Al-Quran. *Psikologika : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 17(1), 27–38. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol17.iss1.art3>
- [17]. Revelia, M. (2016). PENGARUH BIG FIVE PERSONALITY DAN ADVERSITY QUO- Merlyna Revelia Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 04, 4–16. <http://journal.uinjkt.ac.id/index.php/tazkiya/article/view/10836/5573>
- [18]. Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *The American Journal of Managed Care*, 22(7), 495–496.
- [19]. Saputra, MF. 2021. Penanaman Nilai-Nilai Karakter Di Paguyuban Pengajar Pinggiran Sungai Code (P3s) Yogyakarta. *Profetika: Jurnal Studi Islam* 22 (1), 169-176
- [20]. Seligman, M. E. (2005). Autentic happines menciptakan kebahagiaan dengan psikologi positif. (penerjemah Nukman, E. Y.)
- [21]. Syafe'i, I. (2017). Pondok Pesantren: Lembaga Pendidikan Pembentukan Karakter. *Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(1), 61. <https://doi.org/10.24042/atjpi.v8i1.2097>
- [22]. Wahidah, E. Y. (2015). *Studi Implementasi Tradisionalisasi Dan Modernisasi Pendidikan Di Pondok Pesantren*. 05(02), 184–207.