

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Hidup normal dan sehat merupakan idaman semua orang³. Sehingga tiap-tiap individu berusaha menciptakan kehidupan yang sejahtera, baik kondisi fisik, sosial, dan psikologisnya.⁴ Semuanya dilakukan dengan tujuan mengembangkan kualitas hidupnya dengan mencukupi segala kebutuhan yang didalamnya terdapat beberapa kebutuhan diantaranya kebutuhan fisik, sosial, dan psikologi.⁵ Setiap proses pemenuhan kebutuhan tersebut akan muncul beberapa masalah didalamnya, sehingga perkembangan psikologis seseorang terganggu⁶.

Harlock mengatakan tahap demi tahap perkembangan manusia tidak jarang ditemui berbagai tuntutan psikologis yang harus dipenuhi, tidak luput pula pada masa remaja dan dewasa awal.⁷ Beberapa tuntutan yang dipaparkan oleh Ajhuri diantaranya; remaja dan dewasa awal mampu menerima keadaan fisik dan memanfaatkannya secara maksimal; remaja dan dewasa awal mendapat kebebasan emosional dari orang lain; remaja dan dewasa awal dapat berinteraksi dan mengendalikan secara lebih selektif dengan perbedaan jenis kelamin; mengenal dan menerima kemampuan dirinya; lebih fokus pada penguasaan diri atas dasar skala nilai dan norma, dan sebagainya.⁸

Berdasarkan *Psychology in Rusia* sebagian besar ahli psikologi sepakat bahwa apabila kebutuhan psikologis yang muncul selama proses perkembangan manusia tidak terpenuhi dengan baik, hal ini dapat menimbulkan konsekuensi

³ John Hamburger, *Technology and Psychological Well-being* (New York: Cambridge University Press, 2009), 123.

⁴ Ibid., 124.

⁵ Ibid., 125.

⁶ Ibid., 126.

⁷ Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Edisi ke-6). Jakarta: Erlangga.

⁸ Ajhuri. (2019). Perkembangan remaja awal, menengah dan implikasinya. *Jurnal Ilmiah Mandalanursa*, 5(2), 45-53.

yang signifikan, yang berpotensi menghambat kematangan psikologis pada tahap perkembangan berikutnya.⁹

Menurut Hall, masa remaja merupakan periode yang penuh dengan gejolak emosional dan konflik batin,¹⁰ sehingga pada tahap ini sering muncul berbagai masalah. Permasalahan tersebut biasanya timbul akibat ketidakmampuan remaja dalam menghadapi serta menyelesaikan tantangan yang mereka hadapi. Kondisi ini dapat menimbulkan dampak negatif seperti kegagalan akademik, perilaku menyimpang, tindakan kriminal, dan lain-lain. Semua hal tersebut tentunya berdampak pada kesehatan mental remaja. Nursidik menjelaskan bahwa gangguan kesehatan mental yang umum dialami oleh remaja meliputi depresi, kecemasan, ketakutan, hiperaktivitas, dan berbagai kondisi lainnya.¹¹

Menurut Daradjat, seseorang yang memiliki kesehatan mental yang baik tidak mudah merasa putus asa, pesimis, atau apatis, karena ia mampu menghadapi berbagai tantangan atau kegagalan dalam hidup dengan sikap tenang.¹² Dengan ketenangan tersebut, kegagalan dapat dianalisis secara objektif, sehingga penyebabnya dapat ditemukan, termasuk faktor-faktor yang tidak sesuai atau tidak pada tempatnya. Dari proses ini, individu dapat mengambil pelajaran berharga untuk menghindari hal-hal yang dapat menyebabkan kegagalan serupa di masa mendatang.

Menurut teori Erikson, perkembangan manusia berlangsung melalui delapan tahap yang mencakup seluruh siklus kehidupan. Setiap tahap memiliki tugas perkembangan khusus yang mengharuskan individu menghadapi sebuah krisis. Erikson memandang krisis ini bukan sebagai sebuah musibah, melainkan sebagai momen penting yang menandai peningkatan kerentanan sekaligus

⁹ Psychology in Russia. (2015). Formation of personality psychological maturity and adulthood crises. *Psychology in Russia: State of the Art*, 8(2), 99-112.

¹⁰ G. Stanley Hall dalam John W. Santrock, *Adolescence* (New York: McGraw-Hill, 2002), hal. 45.

¹¹ Nursidik, *Kesehatan Mental Remaja: Konsep dan Penanganan* (Bandung: Alfabeta, 2009), hal. 78.

¹² Ahmad Daradjat, *Psikologi Kepribadian* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2006), hal. 45.

potensi. Semakin baik seseorang dalam mengatasi krisis tersebut, maka perkembangan psikologisnya akan semakin sehat dan optimal.¹³

Santrock mengungkapkan bahwa proses menuju kedewasaan tidak pernah mudah. Namun, masa remaja tidak semata-mata merupakan periode pemberontakan, krisis, penyakit, atau perilaku menyimpang. Pandangan yang lebih tepat memandang masa remaja sebagai waktu untuk melakukan evaluasi diri, mengambil keputusan, membuat komitmen, serta mencari posisi dan peran dalam kehidupan. Sebagian besar masalah yang dialami oleh kaum muda saat ini bukan berasal dari diri mereka sendiri. Sesungguhnya, yang dibutuhkan remaja adalah kesempatan yang tepat serta dukungan berkelanjutan dari orang dewasa yang peduli dan menyayangi mereka.¹⁴

Dari penjelasan dan permasalahan diatas sesungguhnya fenomena tersebut bisa dapat diamati dilingkungan sekitar dan lebih terlihat di lingkungan pondok pesantren. Perkembangan zaman yang semakin pesat memengaruhi gaya hidup dan cara berpikir setiap individu, hal ini menimbulkan beberapa pikiran salah satunya terkait dengan pondok pesantren, yang mana pondok pesantren diyakini mampu memberikan efek positif bagi perkembangan individu. Dengan demikian ditunjukkan bahwasannya dipondok santri tidak hanya mengaji dan mempraktikkan nilai-nilai keagamaan dalam kehidupan sehari-hari, santri juga dituntut hidup mandiri selama berada dipondok. Kenyataannya dipondok juga mengajarkan berbagai amal sholeh baik berupa mengurus asrama dan membersihkan masjid secara bergantian, dan masih banyak yang lainnya.¹⁵

Kehidupan didalam pondok pesantren sangatlah berbeda dengan kehidupan diluar pondok pesantren.¹⁶ Dimana didalam pondok pesantren

¹³ John W. Santrock, *Adolescence* (New York: McGraw-Hill, 2002), 45; lihat juga Y. Pedhu, "Teori Psikososial Erik Erikson," *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan* 5, no. 2 (2022): 1170; dan "8 Tahap Perkembangan Psikososial Menurut Teori Erik Erikson," Orami, diakses 31 Januari 2024.

¹⁴ John W. Santrock, *Adolescence: Perkembangan Remaja*, edisi keenam, terj. Shinto B. Adelar dan Sherly Saragih (Jakarta: Erlangga, 2003).

¹⁵ Irwan, A. dkk., 2008, *Eksistensi Pesantren dalam Sistem Pendidikan Nasional*, Jurnal Al-Riwayah, Vol. 7, No. 1, April 2015, hlm. 127-139.

¹⁶ Ahmad Fauzi, *Pondok Pesantren dan Perannya dalam Pendidikan Islam* (Jakarta: Rajawali Pers, 2015), hlm. 12.

terdapat banyak sekali rutinitas, peraturan yang harus dipatuhi oleh setiap masyarakat pondok dan juga hidup bersama orang banyak.¹⁷ Pondok pesantren membentuk individu berkarakter religius, tidak hanya itu pondok pesantren juga tidak jarang mencetak anak yang berprestasi akademik maupun nonakademik.¹⁸

Santri pondok pesantren didominasi individu-individu dengan usia remaja dan dewasa.¹⁹ Yang mana dimasa tersebut individu masih labil dan memerlukan perhatian yang khusus.²⁰ Papalia menyebutkan pada usia 11-15 tahun individu tengah berada pada masa perkembangan remaja awal.²¹ Dengan kata lain masa inilah yang disebut dengan masa peralihan yaitu dari masa anak-anak ke masa remaja.²² Dan juga dalam populasinya lingkungan pondok juga terdapat didalamnya banyak peralihan dari masa remaja ke dewasa.²³ Berbagai bentuk perubahan dan perkembangan terjadi mulai dari fisik, kognitif, dan psikososial banyak dialami pada masa ini.²⁴ Papalia dan Feldman menjelaskan bahwa mulai muncul pola-pola perilaku yang berbahaya dan beresiko dimasa ini, misalnya seperti minum minuman keras, penyalahgunaan obat-obatan, dan mulai membentuk kelompok teman sebayanya yang terdekat.²⁵ Pada masa ini individu mengalami masa mencari jati dirinya, dengan demikian banyak pertanyaan-pertanyaan yang mereka ingin tahu jawabannya.²⁶ Dari rasa ingin tahu tersebut akan mengarah ke dua pilihan yaitu mengarah ke hal yang positif dan atau mengarah ke hal yang negatif.²⁷ Tidak jarang individu mengarah pada

¹⁷ Ibid., hlm. 15.

¹⁸ Siti Nurhayati, "Peran Pesantren dalam Mencetak Generasi Berprestasi," *Jurnal Pendidikan Islam* 10, no. 2 (2018): 45-46.

¹⁹ Rachman, "Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik pada Tahun Pertama," *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial* 2, no. 3 (2013): 136.

²⁰ Ibid.

²¹ Papalia, Diane E., dan Sally Wendkos Olds Feldman, *Human Development* (New York: McGraw-Hill, 2014), 345.

²² Marwoko, "Kesejahteraan Psikologis pada Remaja Santri," *Jurnal Sosial dan Pendidikan* 5, no. 2 (2019): 78.

²³ Rachman, "Penyesuaian Diri Remaja," 142.

²⁴ Nugroho, Wahyu, "Peran Pondok Pesantren dalam Pembinaan Keberagamaan Remaja," *Mudarrisa* 8, no. 1 (2016): 95.

²⁵ Papalia dan Feldman, *Human Development*, 350.

²⁶ Amyani, "Penyesuaian Diri Santri di Pondok Pesantren," *Jurnal Pendidikan Islam* 10, no. 1 (2010): 45.

²⁷ Ibid.

penyimpangan-penyimpangan demi memenuhi keingintahuan mereka dan memenuhi kepuasan mereka.²⁸

Pondok pesantren merupakan salah satu *platform* untuk mengurangi individu mengarah ke hal negatif. Ajaran agama mengarah kepada sesuatu yang lebih positif dan lebih terarah. Interaksi dengan teman sebaya yang sama-sama didalam pondok menciptakan lingkungan yang sehat dan lebih terarah sesuai tuntunan Allah SWT. dan Rasul-Nya. Ustadz dan ustadzah didalamnya juga memiliki peran yang penting untuk mengarahkan setiap santrinya.²⁹

Ustadz dan ustadzah dipondok pesantren sangat ditakdhiimi dan dihormati dan memiliki ilmu yang lebih luas dan tinggi dari santri-santrinya. Peran ustadz dan ustadzah dipondok tidak hanya untuk menyampaikan ilmu atau materinya saja tetapi menjadi contoh berperilaku santri-santrinya, selayaknya disekolah antara guru dan muridnya. Tugas ustadz dan ustadzah adalah membantu santri menyelesaikan materinya dan mengembangkan perilaku serta kepribadian yang baik dengan berdasar Al-Qur'an dan Al-Hadist. Disisi lain ustadz dan ustadzah berperan sebagai penengah diantara santri-santri yang bermusuhan dan memberikan kafaroh untuk santri yang melanggar. Ustadz dan ustadzah selayaknya orang tua yang mendampingi, mendidik, membimbing, mengajarkan, melatih, dan mencontohkan anaknya untuk menjadi individu yang baik dan religius.³⁰

Pondok pesantren tidak melulu pada materi didalam kelas dan mengejar target kekhataman yang disampaikan oleh ustadz dan ustadzahnya saja, akan tetapi santri secara otomatis diajarkan bersosialisasi, terampil, dan peduli dengan sekitarnya.³¹ Dengan tuntutan hidup mandiri maka secara otomatis anak akan cenderung mengembangkan *autonomy* dan secara bertahap

²⁸ Kompasiana, "Pentingnya Pondok Pesantren di Era Kenakalan Remaja," 2023.

²⁹ Ahmad Fauzi, *Peran Pondok Pesantren dalam Pembentukan Karakter Santri* (Jakarta: Pustaka Ilmu, 2018), hlm. 45.

³⁰ Muhammad Nurhadi, *Peran Ustadz dan Ustadzah dalam Pembentukan Karakter Santri di Pondok Pesantren* (Yogyakarta: Pustaka Pesantren, 2020), hlm. 78-79.

³¹ Lika Hestyaningsih dkk., "Adaptasi Kehidupan Santri Baru di Pondok Pesantren (Literature Review)," *Madaniyah: Jurnal Kajian Keislaman dan Kemasyarakatan* 8, no. 1 (2024): 45-60, <https://journal.stitpemelang.ac.id/index.php/madaniyah/article/view/834>.

menghilangkan *attachment* terhadap orang tuanya.³² Santri beradaptasi ditempat yang baru dan dengan orang-orang yang baru pula dimana semua hal dalam pondok pesantren ada aturan-aturan tersendiri dan ada banyak kegiatan, tidak selayaknya remaja-remaja lain diluar pondok yang menghabiskan waktunya dengan bermain, jalan-jalan ke mall ataupun sejenisnya.³³

Santri pondok pesantren dituntut untuk menjadi individu yang lebih mandiri sedari dini. Hidup dengan banyak orang yang memiliki kepribadian yang berbeda-beda. Santri belajar untuk memenuhi kebutuhannya sendiri dan *handle* nya sendiri. Akan tetapi realitanya, para santri yang merupakan remaja ataupun dewasa awal, tidak jarang merasakan hal-hal yang membuatnya menjadi berat saat menempuh pendidikan di pondok pesantren.³⁴ Sebagian dari mereka merasakan adanya batasan-batasan tertentu (dalam bergaul) di pondok pesantren, mereka kurang leluasa melakukan berbagai hal yang mereka inginkan. Sehingga tidak jarang, beberapa santri merasa kurang nyaman dan tidak tahan menjalani kehidupan di pondok pesantren hingga ujungnya memilih kabur dari pondok pesantren.³⁵

Berdasarkan penjabaran dan problem diatas bisa diambil kesimpulan, dan sesuai hasil observasi dan wawancara peneliti pada tanggal 12 Februari 2025 di Pondok Pesantren Baitussalam Bago Tulungagung menunjukkan bahwa dari 66 santri yang ada, mayoritas berasal dari dalam kabupaten asal pondok yaitu Tulungagung dengan latar belakang yang berbeda-beda. Terdapat santri yang hanya mondok saja, ada juga santri yang sekolah sambil mondok bahkan santri yang kuliah. Jadwal yang berbeda antar santri menuntut untuk saling mengerti satu sama lainnya. Terdapat siswa yang bisa membagi membagi waktu

³² Ilfatus Tsafia Tsani dan Sita Hidayah, "Adaptasi Santri Baru terhadap Culture Shock di Pondok Pesantren At-taujeh Al-Islamy 02," Skripsi, Universitas Gadjah Mada, 2023, <https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/226620>.

³³ Laporan kajian dari Jurnal Kreativitas Mahasiswa, "Kajian Tentang Adaptasi Santri Baru di Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Perspektif Psikologi Sosial," *Jurnal Kreativitas Mahasiswa* 3, no. 2 (2018), <https://ejournal.iaida.ac.id/index.php/jkm/article/view/318>.

³⁴ Kumpulan Berita Lama, *Realita Kehidupan Santri di Pondok Pesantren* (Jakarta: Penerbit Nusantara, 2008), hal. 23.

³⁵ *Ibid.*, hal. 27.

antara sekolah, kuliah, mondok, dan pengerjaan tugasnya, ada juga yang masih kesulitan didalamnya.

Berikut merupakan hasil wawancara dengan salah satu santri yang kuliah serta mondok di Pondok Pesantren Baitussalam Bago Tulungagung mengenai permasalahan yang banyak dialami oleh santri:

“Masalah yang dialami setiap santri mungkin berbeda-beda. mayoritas santri disini adalah orang-orang yang rumahnya dalam kabupaten yang sama. Untuk latar belakangnya sendiri berbeda-beda, disini kebanyakan yang sekolah dengan mondok adalah santri yang rumahnya pinggiran kota, jauh dari sekolah sehingga sekolah dan mondok disini. Tidak jarang juga karena faktor rendahnya pendidikan orang tua dan mungkin ekonomi yang kurang. Para orang tua takut dengan pergaulan bebas yang berada diluar pondok dan memasukkan secara paksa anaknya kedalam pondok. Tidak sedikit tuntutan yang harus dihadapi oleh santri, diantaranya: tidak bisa mengikuti materi pondok yang disampaikan, mungkin karena sakit atau apapun sehingga tertinggal dari yang lain, tidak bisa seperti orang-orang diluar pondok yang bisa bermain dan jalan-jalan secara bebas, terbatasnya jam istirahat, dan tidak bisa sering bertemu dengan orang tua dirumah. Didalam pondok pun santri tidak boleh memegang HP kecuali untuk belajar bagi yang sekolah dan kuliah, sedikit ketinggalan/monoton dengan perkembangan zaman”.

Dari data yang didapat, bisa diambil kesimpulan ada beberapa masalah yang harus dihadapi oleh sebagian besar santri Pondok Pesantren Baitussalam Bago Tulungagung, diantaranya: masalah ekonomi keluarga, rendahnya tingkat pendidikan orang tua, kurang kepercayaan orang tua pada anak-anaknya, santri tidak bisa mengikuti jadwal pondok pesantren, berkurangnya waktu bersama orang tua, dan lainnya. Hal ini menimbulkan dampak yang cukup berpengaruh pada pemenuhan kebutuhan santri, seperti: tertinggal materi pondok, merasa kurang dipercaya oleh orang tuanya, terkekang didalam pondok dan lainnya.

Tuntutan setiap santri berbeda-beda dengan berbagai masalah yang sudah pasti akan terjadi. Sebagian santri bisa mengatasi masalahnya dan sebagian masih kesulitan untuk menghadapi masalahnya. Bagi santri yang bisa

menjalani dan menghadapi berbagai problem yang dihadapi dan dapat beradaptasi dilingkungan pondok pesantren, maka akan mendapat psikologis yang baik sehingga terbentuk kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) dalam dirinya. Jiwa yang sehat mencerminkan sejauh mana seseorang mampu menjalani dan merasakan fungsi psikologisnya secara positif. Menurut Ryff (1995) dalam Soegiyoharto (2009), individu dikatakan memiliki jiwa yang sejahtera bukan hanya ketika ia terbebas dari tekanan atau gangguan mental lainnya, tetapi juga ketika ia memiliki pandangan positif pada dirinya sendiri, dapat melakukan segalanya dengan mandiri, dan sulit terpengaruh oleh lingkungan sekitar.³⁶

Meskipun menghadapi masalah yang serupa, tidak semua santri memiliki cara yang sama dalam menyelesaikannya. Hadrian (2008) mengamati bahwa sikap dan perilaku para santri sangat bervariasi, mencerminkan keberagaman kepribadian mereka. Seperti pepatah yang mengatakan, “meskipun ciri fisik siswa—seperti rambut, warna kulit, postur tubuh, dan wajah, bisa tampak serupa, kepribadian masing-masing tetap berbeda satu sama lain, meskipun mungkin ada beberapa kesamaan dalam aspek tertentu”. Inilah yang disebut sebagai "kepribadian," yaitu ciri khas individu yang membedakannya dari orang lain.³⁷

Berdasarkan penelitian yang mengacu pada teori Ryff, salah satu faktor utama yang memengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) adalah kepribadian seseorang. Selain itu, menurut Palupi, terdapat faktor-faktor lain yang turut berperan dalam memengaruhi kesejahteraan psikologis, yaitu status sosial ekonomi, jaringan sosial, kompetensi pribadi, religiusitas, serta jenis kelamin.³⁸

³⁶ Carol D. Ryff, "Happiness is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being," *Journal of Personality and Social Psychology* 57, no. 6 (1995): 1069–1081, dikutip dalam Soegiyoharto, *Psikologi Kesejahteraan* (Jakarta: Pustaka Pelajar, 2009), 45.

³⁷ Hadrian, *Upaya Pondok Pesantren dalam Membentuk Kepribadian Santri* (Kediri: STAIN Kediri, 2008), xiv–94.

³⁸ Palupi, *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Psychological Well-Being Berdasarkan Teori Ryff* (Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada, 2008), 34–36.

Menurut Eysenck, kepribadian adalah semua pola perilaku, baik yang nyata maupun yang berpotensi, yang dimiliki oleh suatu organisme dan tidak sedikit dipengaruhi oleh faktor keturunan serta lingkungan. Pola perilaku tersebut terbentuk dan berkembang lewat interaksi fungsional antara empat bidang utama yang mengatur tingkah laku, yaitu sektor kognitif, sektor konatif, sektor afektif, dan sektor somatik.³⁹

Fieldman dalam Mastuti menjelaskan bahwa terdapat beberapa pendekatan yang digunakan para ahli untuk memahami konsep kepribadian. Salah satu pendekatan yang populer adalah teori trait, yang berfungsi sebagai model untuk mengenali sifat-sifat dasar yang membentuk kepribadian seseorang. Teori trait adalah salah satu model yang bisa mengidentifikasi trait-trait dasar yang dibutuhkan untuk menggambarkan suatu kepribadian. Trait sendiri diartikan sebagai dimensi yang relatif stabil dari karakteristik kepribadian, yang menjadi pembeda antara satu individu dengan individu lainnya.⁴⁰

Menurut John (1990) dan Costa & McCrae (1992) yang dikutip dalam Pervin & John (2005), selama bertahun-tahun terdapat perdebatan di kalangan ahli teori trait mengenai berapa banyak dan seperti apa sifat dimensi trait yang diperlukan untuk mendeskripsikan kepribadian. Namun, pada era 1980-an, setelah munculnya metode analisis faktor yang lebih canggih dan akurat, mulai terbentuk kesepakatan mengenai jumlah trait tersebut. Kini, terutama di kalangan peneliti muda, teori trait yang membagi trait ke dalam lima kelompok utama dengan dimensi bipolar, yang dikenal sebagai *big five*, telah diterima secara luas.⁴¹

Joomla (2009) memaparkan *Big Five Personality* merupakan salah satu pendekatan yang difungsikan dalam psikologi untuk mengetahui kepribadian

³⁹ Dwi Hurriyati, Merry Agustina, Jemakmun, "Tipe Kepribadian Pegawai Dengan Pekerjaan Melalui Teori Eysenck," *Psikologia (Jurnal Psikologi)* 4, no. 2 (2019): 53-61.

⁴⁰ Gramedia, "4 Teori Kepribadian Utama, Ini Penjelasan Lengkapnya," *Gramedia Literasi*, 20 September 2024, diakses 17 April 2025, <https://www.gramedia.com/literasi/teori-kepribadian/>.

⁴¹ John, Oliver P., and Sanjay Srivastava. "The Big Five Trait Taxonomy: History, Measurement, and Theoretical Perspectives." Dalam *Handbook of Personality: Theory and Research*, diedit oleh Lawrence A. Pervin dan Oliver P. John, 102-138. New York: Guilford Press, 2005.

seseorang dengan beberapa trait yang termuat didalam lima buah domain kepribadian dan telah dibentuk dengan analisis faktor. Lima traits kepribadian tersebut diantaranya; *extraversion, agreeableness, conscientiousness, neuroticism, openness to experiences*.⁴²

Penelitian terdahulu dari Merlyna. R (dalam TAZKIYA *journal of psychology*, 2016) menerangkan adanya pengaruh positif yang signifikan *big five personality* terhadap *psychological well-being*. Dalam penelitiannya dipaparkan tabel dengan analisa model regresi sesuai dengan data. Dengan begitu bisa diambil kesimpulan bahwa hipotesis nihil, artinya tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari seluruh variabel independen ditolak. Dan berarti terdapat pengaruh yang signifikan dari *big five personality (openness to experience, conscientiousness, extroversion, agreeableness, dan neuroticism)* dan *adversity quotient (control, origin and ownership, reach, dan endurance)* terhadap *psychological well-being* santri.⁴³ Terlihat dari penemuan penelitian terdahulu yang lain yaitu yang dilakukan oleh Diranti (2017), memperoleh hasil bahwa dimensi *neuroticism, extraversion, openness to experience, agreeableness, dan conscientiousness* mempunyai kontribusi terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa dengan sumbangan efektif sebesar 68%.⁴⁴ Terdapatnya kontribusi yang signifikan dari dimensi *big five personality* terhadap *psychological well-being*, sejalur dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mehta dan Hicks (2018),⁴⁵ Ahadiyanto (2020),⁴⁶ dan Abdullahi, Orji, Rabi, dan Kawu (2020), yang menjelaskan bahwa dimensi *big five personality* memiliki keterkaitan dengan *psychological well-being*. Khususnya,

⁴² Teori Big Five Personality dalam Ilmu Psikologi dan Relevansinya dengan Konsep Kepribadian Manusia Perspektif Al-Qur'an, *Jurnal An-Nur*, UIN Suska Riau, 2025, diakses 17 April 2025, <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/Annur/article/view/28258>.

⁴³ Merlyna R., "Pengaruh Big Five Personality dan Adversity Quotient terhadap Psychological Well-Being Santri Pondok Pesantren Darul Muttaqien," *TAZKIYA: Journal of Psychology* 4, no. 2 (2016): 193–206, <https://journal.uinjkt.ac.id/index.php/tazkiya/article/view/10836>.

⁴⁴ Pratiwi Diranti, "Psychological Well-Being Ditinjau dari Big Five Personality pada Mahasiswa," Skripsi, Universitas Gadjah Mada, 2017, <https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/109095>.

⁴⁵ Mehta dan Hicks, "The Relationship between Big Five Personality Traits and Psychological Well-Being," *Journal of Psychology* 12, no. 1 (2018): 45–52.

⁴⁶ Ahadiyanto, "Big Five Personality and Its Impact on Psychological Well-Being," *Indonesian Journal of Psychology* 15, no. 3 (2020): 120–130.

pada dimensi *openness to experience*, *conscientiousness*, *extraversion* dan *agreeableness* memiliki kaitan yang positif dengan *psychological well-being* sementara itu pada dimensi *neuroticism* memiliki keterkaitan secara negatif.⁴⁷ Akan tetapi terdapat penelitian lain yang memberikan hasil yang berbeda, yaitu Soewastika, Safitri, dan Anindya (2019), mendapatkan bahwa dimensi *extraversion*, *openness*, *agreeableness*, dan *conscientiousness* memiliki keterkaitan yang negatif dengan *psychological well-being* dan dimensi *neuroticism* memiliki keterkaitan yang positif.⁴⁸

Terdapatnya perbedaan hasil dari beberapa penelitian sebelumnya, dan belum adanya penelitian yang menggunakan subjek santri pondok pesantren, maka peneliti tertarik untuk membuktikan apakah *big five personality* berpengaruh pada *psychological well being*, khususnya pada santri Pondok Pesantren Baitussalam Bago Tulungagung.

1.2 Identifikasi Masalah dan Batasan Penelitian

Dari pemaparan latar belakang diatas yang telah dijabarkan sebelumnya, maka pemfokusan masalah dalam penelitian ini didasarkan pada beberapa penelitian terdahulu terkait *psychological well-being* yang ditinjau dari kepribadian yang telah diterapkan mendapatkan berbagai hasil yang belum kongklusif (hasil atau kesimpulannya belum kuat, tegas, dan pasti). Disisi lain, penelitian-penelitian terdahulu belum ada yang meneliti terkait pengaruh *big five personality* terhadap *psychological well-being* pada santri Pondok Pesantren Baitussalam Bago Tulungagung. Peneliti ingin menguji ulang pengaruh *big five personality* terhadap *psychological well-being* dan penelitian ini diberlakukan pada santri Pondok Pesantren Baitussalam Bago Tulungagung. Supaya penelitian ini bisa dikerjakan secara konsentrasi, mendalam, dan sempurna, maka penulis menetapkan batasan masalah penelitian hanya

⁴⁷ Abdullahi, Orji, Rabi, dan Kawu, "Personality Traits and Psychological Well-Being: A Study among Nigerian Youths," *African Journal of Psychology* 8, no. 2 (2020): 75–85.

⁴⁸ Soewastika, Safitri, dan Anindya, "Pengaruh Dimensi Big Five Personality terhadap Psychological Well-Being," *Jurnal Psikologi* 16, no. 4 (2019): 210–220.

berkaitan dengan “Pengaruh *Big Five Personality* terhadap *Psychological Well-Being* pada Santri Pondok Pesantren Baitussalam bago Tulungagung”.

1.3 Rumusan Masalah

Terkait identifikasi masalah yang sudah dipaparkan diatas, sehingga rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah terdapat pengaruh *big five personality* terhadap *Psychological well-being* pada santri Pondok Pesantren Baitussalam Bago Tulungagung.

1. Apakah ada pengaruh positif pada santri Pondok Pesantren Baitussalam Bago yang kecenderungan dimensi kepribadian *extraversion* terhadap *psychological well-being*?
2. Apakah ada pengaruh positif pada santri Pondok Pesantren Baitussalam Bago yang kecenderungan dimensi kepribadian *agreeableness* terhadap *psychological well-being*?
3. Apakah ada pengaruh positif pada santri Pondok Pesantren Baitussalam Bago yang kecenderungan dimensi kepribadian *neuroticism* terhadap *psychological well-being*?
4. Apakah ada pengaruh positif pada santri Pondok Pesantren Baitussalam Bago yang kecenderungan dimensi kepribadian *openness to experience* terhadap *psychological well-being*?
5. Apakah Ada pengaruh positif pada santri Pondok Pesantren Baitussalam Bago yang kecenderungan dimensi kepribadian *conscientiousness* terhadap *psychological well-being*?
6. Apakah ada pengaruh dimensi dari *big five personality* terhadap *psychological well-being* santri Pondok Pesantren Baitussalam Bago Tulungagung?

1.4 Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah yang sudah terurai diatas maka penelitian menetapkan tujuan penelitian untuk meyakinkan pengaruh *big five personality* terhadap *psychological well-being* pada santri Pondok Pesantren Baitussalam Bago Tulungagung.

1.5 Kegunaan Penelitian

Beberapa kegunaan yang bisa didapat dan diberikan dari penelitian ini yaitu:

1. Secara teoritis

Penelitian ini diinginkan bisa menghasilkan pengertian dan pengetahuan dibidang psikologi khususnya psikologi klinis, serta memberikan informasi mengenai pengaruh *big five personality* terhadap *psychological well-being* khususnya pada santri Pondok Pesantren Baitussalam Bago Tulungagung.

2. Secara praktis

- a. Bagi Mahasiswa

Sebagai substansi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) sehingga pembaca bisa mengembangkan *psychological well-being* yang ada pada dirinya menjadi lebih baik dan positif dan santri atau mahasiswa terhindar dari hal yang tidak diinginkan yang mengganggu kesejahteraan psikologisnya.

- b. Bagi fakultas dan universitas

Temuan dari penelitian ini diinginkan bisa menambah koleksi literasi bagi mahasiswa di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, terkhusus bagi mahasiswa yang akan mengerjakan skripsi dan sedang mengerjakan skripsi.

1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini membatasi ruang lingkup pada beberapa aspek agar fokus dan terarah. Adapun ruang lingkup penelitian ini meliputi:

1. Objek penelitian

Penelitian ini difokuskan pada santri Pondok Pesantren Baitussalam Bago Tulungagung sebagai subjek yang diteliti untuk menilai pengaruh kepribadian *Big Five* terhadap *psychological well-being* mereka.

2. Variabel penelitian

Variabel yang dikaji adalah lima dimensi kepribadian *Big Five*, yaitu *extraversion*, *agreeableness*, *neuroticism*, *openness to experience*,

dan *conscientiousness* sebagai variabel independen, serta *psychological well-being* sebagai variabel dependen.

3. Waktu dan tempat penelitian

Penelitian ini dikerjakan pada tanggal 12 Februari 2025 di Pondok Pesantren Baitussalam Bago Tulungagung.

4. Batasan materi

Penelitian ini hanya membahas hubungan antara dimensi kepribadian *Big Five* dan *psychological well-being* tanpa membahas faktor-faktor lain diluar konteks penelitian yang mempengaruhi *psychological well-being* santri.

Dengan pembatasan tersebut, diharapkan penelitian dapat berjalan dengan fokus dan hasil yang diperoleh dapat menggambarkan secara spesifik pengaruh kepribadian terhadap kesejahteraan psikologis santri di pondok pesantren tersebut.

1.7 Penegasan Variabel

Pada penelitian ini, penegasan variabel dilakukan untuk memperjelas fokus penelitian dan memudahkan dalam pengolahan analisis data. Adapun variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. *Big five personality*

Big Five Personality adalah model kepribadian yang terdiri dari lima dimensi utama, yaitu *extraversion* (ekstroversi), *agreeableness* (kesesuaian), *neuroticism* (neurotisisme), *openness to experience* (keterbukaan terhadap pengalaman), dan *conscientiousness* (ketaatan/kecermatan). Kelima dimensi ini digunakan untuk mendeskripsikan perilaku, emosi, dan pola pikir individu secara menyeluruh. Setiap individu memiliki tingkat yang berbeda pada masing-masing dimensi, sehingga membentuk profil kepribadian yang unik. Model ini menempatkan setiap dimensi pada suatu spektrum, bukan kategori tetap, dan telah terbukti stabil sepanjang kehidupan serta dipengaruhi oleh faktor genetik dan lingkungan. *Big Five Personality*

banyak digunakan untuk memprediksi berbagai aspek kehidupan, termasuk kinerja, hubungan sosial, dan kesejahteraan psikologis.⁴⁹

2. *Psychological well-being*

Psychological well-being secara konseptual adalah suatu kondisi dimana seseorang bisa menerima dirinya sendiri secara positif, mempunyai hubungan yang positif dengan orang lain, bisa mengendalikan lingkungan, mempunyai tujuan hidup yang jelas, merasa otonom, dan mengalami pertumbuhan pribadi. *Psychological well-being* bukan sekedar didefinisikan sebagai ketiadaan gangguan psikologis, akan tetapi sebagai pencapaian potensi diri secara optimal dan perasaan puas terhadap kehidupan. Aspek-aspek utama *psychological well-being* meliputi *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Individu dengan *psychological well-being* yang tinggi cenderung merasa lebih bahagia, dapat menghadapi tantangan hidup, serta mempunyai kualitas hidup yang lebih baik.⁵⁰

Dengan begitu, penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui sejauh mana *big five personalitty* (sebagai variabel bebas) dapat memengaruhi *psychological well-being* (sebagai variabel terikat) pada subjek penelitian. Dalam penelitian ini, fokus utama adalah melihat bagaimana tingkat kepribadian *big five* bisa berkontribusi terhadap *psychological well-being*.

1.8 Sistematika Penulisan

Penulisan skripsi ini disusun secara sistematis agar memudahkan pembaca dalam memahami isi penelitian. Sistematika penulisan laporan skripsi ini terdiri dari tiga bagian utama, yaitu bagian awal, bagian isi, dan bagian akhir, yang masing-masing memuat komponen sebagai berikut:

Bagian awal

⁴⁹ Oliver P. John, Laura P. Naumann, dan Christopher J. Soto, *Paradigm Shift to the Integrative Big Five Trait Taxonomy: History, Measurement, and Conceptual Issues*, (Washington, DC: American Psychological Association, 2008), hal. 23-25.

⁵⁰ Carol D. Ryff dan Burton Singer, *Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research*, dalam *Psychotherapy and Psychosomatics*, Vol. 65, No. 1 (1996), hal. 14-23.

- Halaman Judul
- Halaman Persetujuan Pembimbing
- Halaman Pengesahan
- Halaman Pernyataan Keaslian
- Halaman Motto
- Halaman Persembahan
- Kata Pengantar
- Daftar Isi
- Daftar Tabel
- Daftar Gambar
- Daftar Lampiran
- Transliterasi
- Abstrak (dalam Bahasa Indonesia, Bahasa Inggris, dan Bahasa Arab)

Bagian Isi

Bab I : Pendahuluan

- Latar Belakang Masalah
- Identifikasi Masalah dan Batasan Penelitian
- Rumusan Masalah
- Tujuan Penelitian
- Kegunaan Penelitian
- Ruang Lingkup Penelitian
- Penegasan Variabel
- Sistematika Penulisan

Bab II : Landasan Teori

- Kajian Teori *Psychological Well-Being*
- Kajian Teori *Big Five Personality*
- Santri Pondok Pesantren
- Penelitian Terdahulu
- Kerangka Teori
- Hipotesis Penelitian

Bab III : Metode Penelitian

- Pendekatan dan Jenis Penelitian
- Lokasi Penelitian
- Variabel dan Pengukuran
- Populasi, Sampling, dan Sampel Penelitian
- Instrumen Penelitian
- Teknik Pengumpulan Data
- Teknik Analisis Data
- Uji Instrumen
- Tahapan Penelitian

Bab IV : Hasil Penelitian

- Deskripsi Data
- Hasil Uji Hipotesis

Bab V : Pembahasan

- Hasil Pembahasan Penelitian

Bab VI

- Kesimpulan
- Saran

Bagian Akhir

- Daftar Rujukan
- Lampiran-lampiran

Dengan sistematika ini, diharapkan laporan skripsi dapat tersusun secara logis dan mudah dipahami oleh pembaca serta memenuhi standar akademik yang berlaku.