BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pondok pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan tertua di Indonesia yang memiliki peran signifikan dalam membentuk karakter dan moral bangsa.[1] Pondok pesantren juga merupakan salah satu institusi pendidikan yang memiliki peran penting dalam membentuk kepribadian peserta didik melalui pendekatan agama dan nilai-nilai moral. Sebagai lembaga pendidikan berbasis keislaman, pesantren memberikan pengajaran yang intensif mengenai ajaran agama Islam sekaligus membangun kehidupan bermasyarakat yang harmonis didalam lingkungan pesantren.[2] Pesantren juga menjadi tempat pembentukan nilai sosial, seperti kedisiplinan, tanggung jawab, dan kemandirian yang menjadi bekal santri dalam kehidupan bermasyarakat.[3]

Keberhasilan pembentukan karakter di pesantren sangat bergantung pada kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru. Pondok Pesantren Putri Nurul Huda Tulungagung, misalnya, menjadi salah satu institusi yang tidak hanya mendidik santri dalam hal keilmuan agama, tetapi juga membentuk kepribadian yang mandiri dan disiplin. Namun, bagi santri baru, penyesuaian diri terhadap lingkungan pesantren seringkali menjadi tantangan besar. Santri baru yang datang dari berbagai latar belakang sosial,

[1] Harmathilda Harmathilda et al., "Transformasi Pendidikan Pesantren Di Era Modern : Antara Tradisi Dan Inovasi," *Karimiyah* 4, no. 1 (2024): 33–50.

[2] Ibid.

[3] Asmuki Asmuki and Wilda Al Aluf, "Pendidikan Karakter Di Pesantren," *Edupedia* 2, no. 2 (2018): 1–10.

budaya, dan keluarga, sering menghadapi kesulitan untuk beradaptasi dengan kehidupan di pesantren. Kesulitan ini bisa berupa rasa cemas, stres, Hingga ketidakmampuan membangun hubungan sosial yang sehat dengan sesama santri.[4]

Santri baru sering kali menghadapi tantangan dalam proses adaptasi mereka di pesantren. Perubahan lingkungan yang signifikan, seperti peraturan ketat, jadwal yang padat, serta interaksi sosial yang berbeda, menjadi hambatan utama bagi mereka untuk merasa nyaman dan terintegrasi dengan baik.[5] Studi penelitian lain menunjukkan bahwa 65% santri baru di pesantren mengalami hambatan dalam menyesuaikan diri pada bulan-bulan pertama mereka. Dalam konteks ini, penyesuaian diri menjadi salah satu aspek penting yang perlu diperhatikan karena berhubungan erat dengan kemampuan individu untuk menjalani kehidupan di pesantren secara optimal.[6]

Penyesuaian diri adalah proses di mana individu mampu mengatasi tuntutan internal maupun eksternal secara efektif sehingga tercapai harmoni antara dirinya dan lingkungannya. Proses penyesuaian diri sangat bergantung pada kecerdasan emosional dan pengaruh sosial di sekitarnya, termasuk teman sebaya. Penyesuaian diri dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengatasi tekanan internal maupun eksternal dan beradaptasi dengan

---

[4] Meningkatkan Penyesuaian, Diri Santri, and Di Pondok, "PROSIDING Konseling Kelompok Dalam" (2024): 272–283.

[5] Abdul Mu'ti et al., "Psikologi Santri (Analisis) Proses Adaptasi Dan Penyesuaian Diri Santri Di Indonesia," *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam* 12 (2023): 1731–1746, https://www.jurnal.staialhidayahbogor.ac.id/index.php/ei/article/view/4067.

[6] Anistiya Azizah and Farida Hidayati, "Penyesuaian Sosial Dan School Well-Being: Studi Pada Siswa Pondok Pesantren Yang Bersekolah Di Mbi Amanatul Ummah Pacet Mojokerto," *Empati* 4, no. 4 (2015): 84–89.

lingkungannya secara efektif.[7] Hambatan dalam menyesuaikan diri pada santri baru kerap kali disebabkan oleh perasaan cemas, stres, atau tekanan sosial yang dialami saat pertama kali masuk ke pesantren.[8] Fenomena ini tidak hanya berdampak pada kesehatan mental santri tetapi juga memengaruhi performa akademik mereka di pesantren. Misalnya, penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa 60% santri baru di salah satu pesantren di Jawa Timur melaporkan mengalami kesulitan beradaptasi, yang ditandai dengan gejala kecemasan dan penurunan motivasi belajar.[9]

Fenomena serupa juga ditemukan di Pondok Pesantren Putri Nurul Huda Tulungagung, dimana beberapa santri baru merasa kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren yang disiplin dan penuh aturan. Hasil dari fenomena tersebut didapatkan sebuah wawancara dengan santri baru di Pondok Pesantren Putri Nurul Huda Tulungagung mengatakan bahwa dirinya merasa kesulitan untuk menyesuaikan diri pada awal masa tinggal dipesantren dan jadwal kegiatan yang ketat serta disiplin yang diterapkan dipesantren membuatnya merasa tertekan. Selain itu, ia juga merasa perlu berusaha keras untuk memahami dan mematuhi aturan-aturan yang

---

[7] Sjaiful Bachri and Suharnan Suharnan, "Kecerdasan Emosi, Persepsi Terhadap Pendidikan Karakter Cinta Damai Dan Penyesuaian Diri Remaja," *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia* 3, no. 01 (2014): 52–64.

[8] Nuraini and Aprilya Fitriani, "Pengaruh Penyesuaian Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Pada Santri Baru Pondok Pesantren Ibnu Kholdun Al-Hasyimi Besuki Situbondo," *Psychospiritual: Journal of Trends in Islamic Psychological Research* 2, no. 2 (2023): 131–142.

[9] F K Putri, "Pengaruh Terapi Shalawat Terhadap Tingkat Kecemasan Santri Pondok Pesantren Di Semarang" (2023), http://repository.unissula.ac.id/34086/%0Ahttp://repository.unissula.ac.id/34086/2/30902000097_fullpdf.pdf.

berlaku meskipun beberapa di antaranya bertentangan dengan kebiasaan yang ia bawa dari lingkungan rumahnya.

Santri tersebut juga menyebutkan bahwa hubungan sosial dengan teman-teman sebaya di pesantren menjadi tantangan tersendiri. Ia merasa terkadang harus mengikuti keputusan kelompok meskipun tidak sepenuhnya setuju, demi menjaga kekompakan dan agar tidak merasa terisolasi. Namun, ia juga menyadari bahwa dukungan dari teman-teman sebayanya secara perlahan membantu dirinya dalam beradaptasi dengan lingkungan baru. Santri tersebut menyatakan bahwa kemampuan untuk mengelola emosi, seperti menahan rasa frustasi atau menenangkan diri ketika merasa cemas, sangat membantunya dalam menghadapi tantangan selama proses adaptasi.

Proses penyesuaian diri memerlukan berbagai kemampuan internal individu, salah satunya adalah kemampuan untuk mengelola emosi secara efektif. Dalam konteks ini, kecerdasan emosional memainkan peran penting karena individu yang mampu mengenali, memahami, dan mengatur emosinya cenderung lebih mudah menghadapi tantangan dalam adaptasi di lingkungan baru, termasuk lingkungan pesantren. Kecerdasan emosional, sebagaimana dijelaskan oleh Salovey dan Mayer meliputi kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi, baik emosi diri sendiri maupun orang lain. Dalam konteks pesantren, kecerdasan emosional membantu santri untuk tetap tenang dalam menghadapi perubahan dan tekanan. Studi penelitian lain menunjukkan bahwa santri dengan kecerdasan emosional yang tinggi lebih

mudah menyesuaikan diri dibandingkan mereka yang rendah kecerdasan emosionalnya.[10]

Goleman mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri serta orang lain. Dalam konteks pesantren, kecerdasan emosional membantu santri untuk mengendalikan emosi negatif, seperti kecemasan atau frustrasi, yang sering muncul saat menghadapi tantangan adaptasi.[11] Santri yang memiliki kecerdasan emosional tinggi cenderung lebih mampu berkomunikasi secara efektif, mengatasi konflik, dan membangun hubungan interpersonal yang harmonis dengan teman sebayanya.[12]

Selain kecerdasan emosional, faktor sosial seperti interaksi dengan teman sebaya juga turut berkontribusi dalam proses penyesuaian diri. Dalam kehidupan pesantren, konformitas terhadap teman sebaya menjadi hal yang tidak terhindarkan karena santri hidup dalam lingkungan kolektif yang menekankan kebersamaan dan kepatuhan terhadap norma kelompok. Teori konformitas yang dikemukakan oleh Sears, Freedman, dan Peplau menjelaskan bahwa individu cenderung menyesuaikan diri dengan kelompok sosial untuk mendapatkan penerimaan dan rasa aman. Dalam lingkungan pesantren, di mana interaksi antar santri sangat intens, konformitas menjadi mekanisme utama untuk membangun hubungan sosial. Penelitian lain menunjukkan bahwa

---

[10] Hubungan Kecerdasan et al., "Pesantren Askhabul Kahfi" 7, no. Nomor 3 (2017): 337–350.

[11] Ibid.

[12] Elza Diantika, "Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dan Kualitas Persahabatan Pada Remaja Akhir," *Jurnal Psikologi* 10, no. 2 (2017): 167–173, https://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/psiko/article/view/1786/.

santri yang memiliki tingkat konformitas tinggi cenderung lebih mudah diterima oleh kelompoknya, yang pada gilirannya memengaruhi kemampuan mereka untuk menyesuaikan diri. Dalam kehidupan pesantren, interaksi sosial yang intensif antar-santri dapat mendorong terbentuknya konformitas, baik yang bersifat positif maupun negatif.[13] Misalnya, santri baru yang bergabung dengan kelompok teman sebaya yang suportif cenderung lebih mudah menyesuaikan diri, sementara santri yang berada dalam kelompok yang kurang mendukung dapat mengalami hambatan adaptasi.

Dengan demikian, penyesuaian diri santri tidak hanya dipengaruhi oleh kecakapan pribadi, seperti kecerdasan emosional, tetapi juga oleh sejauh mana individu mampu mengikuti aturan dan norma kelompok yang berlaku di lingkungannya. Interaksi antara kecerdasan emosional dan konformitas teman sebaya menjadi aspek penting yang saling melengkapi dalam membentuk kemampuan penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren Putri Nurul Huda Tulungagung

Penelitian terdahulu telah mengungkap hubungan antara kecerdasan emosional dan penyesuaian diri, yakni studi yang dilakukan oleh Ansellmus dkk menemukan bahwa kecerdasan emosional memiliki korelasi positif yang signifikan dengan kemampuan penyesuaian diri mahasiswa baru di perguruan tinggi.[14] Hasil serupa juga ditemukan pada penelitian lain yang menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kecerdasan emosional tinggi cenderung lebih

[13] Kecerdasan et al., "Pesantren Askhabul Kahfi."

[14] Anselmus Tinus, Asmirah, and Andi Burchanuddin, "Adaptasi Sosial Mahasiswa Sabah Dalam Lingkungan Universitas Bosowa Makassar," *Unversitas Bosowa Makassar* 1, no. 1 (2021): 1–8, https://journal.unibos.ac.id/jsk/article/view/1157.

mampu menghadapi tekanan lingkungan baru dengan lebih baik.[15] Sementara itu, penelitian mengenai konformitas teman sebaya juga menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap penyesuaian diri. Misalnya, hasil studi yang dilakukan oleh Fitri dan Ratih menemukan bahwa tingkat konformitas yang tinggi pada remaja dapat membantu mereka untuk merasa diterima dalam kelompok sosial tertentu, sehingga mempercepat proses adaptasi mereka.[16]

Penelitian-penelitian diatas memberikan gambaran yang jelas mengenai pengaruh kecerdasan emosional dan konformitas teman sebaya terhadap penyesuaian diri, akan tetapi belum banyak yang secara khusus mengkaji konteks kehidupan santri di pesantren. Padahal, pesantren memiliki dinamika sosial dan budaya yang unik yang dapat memengaruhi proses adaptasi santri baru. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan mengkaji pengaruh kecerdasan emosional dan konformitas teman sebaya terhadap penyesuaian diri pada santri baru di Pondok Pesantren Putri Nurul Huda Tulungagung.

Berdasarkan uraian teori dan penelitian terdahulu, peneliti memilih untuk menggunakan teori kecerdasan emosional yang diuraikan oleh Salovey dan Mayer sebagai landasan dalam memahami kemampuan santri baru dalam mengenali dan mengelola emosi mereka. Selain itu, teori konformitas yang

---

[15] Ida Ayu Gede Kusumaastuti Widihapsari and Luh Kadek Pande Ary Susilawati, "Peran Kecerdasan Emosional Dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Universitas Udayana Yang Berasal Dari Luar Pulau Bali," *Jurnal Psikologi Udayana* 5, no. 01 (2018): 48.

[16] Fitri Apriani and Ratih Arruum Listiyandini, "Kecerdasan Emosi Sebagai Prediktor Resiliensi Psikologis Pada Remaja Di Panti Asuhan," *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia* 8, no. 2 (2019): 325–339.

dikemukakan oleh Sears, Freedman, dan Peplau menjadi acuan dalam melihat bagaimana interaksi dengan teman sebaya memengaruhi proses penyesuaian diri santri. Sementara itu, teori penyesuaian diri menurut Runyon dan Haber memberikan kerangka konseptual yang kuat untuk memahami bagaimana individu mengatasi hambatan internal dan eksternal dalam mencapai keseimbangan diri. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memahami faktor-faktor yang memengaruhi penyesuaian diri santri baru di pesantren, sehingga dapat menjadi dasar bagi pengelola pesantren untuk merancang program atau strategi yang mendukung proses adaptasi santri. Dengan demikian, santri baru dapat menjalani kehidupan di pesantren dengan lebih nyaman dan optimal, yang pada akhirnya dapat mendukung pencapaian tujuan pendidikan di pesantren.

B. Identifikasi dan Batasan Masalah

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

a. Santri baru mengalami tantangan dalam penyesuaian diri di lingkungan pesantren.
b. Kecerdasan emosional yang rendah dapat menghambat proses penyesuaian diri.
c. Konformitas teman sebaya diduga turut memengaruhi penyesuaian diri santri baru.

d. Belum diketahui seberapa besar pengaruh kecerdasan emosional dan konformitas teman sebaya terhadap penyesuaian diri santri baru.

2. Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih terfokus dan tidak melebar, maka ruang lingkup penelitian dibatasi sebagai berikut:

a. Penelitian ini hanya difokuskan pada santri baru di Pondok Pesantren Putri Nurul Huda Tulungagung, karena masa awal merupakan fase krusial dalam proses penyesuaian diri.
b. Variabel yang diteliti hanya mencakup kecerdasan emosional, konformitas teman sebaya, dan penyesuaian diri.
c. Penelitian dilakukan dengan pendekatan kuantitatif menggunakan regresi linier berganda.
d. Pemilihan masalah didasarkan pada urgensi topik dalam konteks kehidupan santri serta ketersediaan data dan instrumen yang dapat dijangkau oleh peneliti.

C. Rumusan Masalah

1. Adakah pengaruh yang signifikan kecerdasan emosional terhadap penyesuaian diri pada santri baru di Pondok Pesantren Putri Nurul Huda Tulungagung?
2. Adakah pengaruh yang signifikan konformitas teman sebaya terhadap penyesuaian diri pada santri baru di Pondok Pesantren Putri Nurul Huda Tulungagung?

3. Adakah pengaruh yang signifikan kecerdasan emosional dan konformitas teman sebaya terhadap penyesuaian diri pada santri baru di Pondok Pesantren Putri Nurul Huda Tulungagung?

D. Tujuan Penelitian

1. Untuk memahami bagaimana pengaruh kecerdasan emosional terhadap penyesuaian diri pada santri baru di Pondok Pesantren Putri Nurul Huda Tulungagung
2. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh konformitas teman sebaya terhadap penyesuaian diri pada santri baru di Pondok Pesantren Putri Nurul Huda Tulungagung
3. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh antara kecerdasan emosional dan konformitas teman sebaya terhadap penyesuaian diri pada santri baru di Pondok Pesantren Putri Nurul Huda Tulungagung

E. Kegunaan Penelitian

1. Secara Teoritis
   a. Memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu psikologi pendidikan, khususnya terkait dengan faktor – faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri remaja di lingkungan pesantren.
   b. Menambah referensi ilmiah mengenai hubungan antara kecerdasan emosional, konformitas teman sebaya, dan penyesuaian diri.
   c. Menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya yang ingin mengkaji variabel serupa dalam konteks atau populasi yang berbeda.

2. Secara Praktis

   a. Memberikan informasi kepada pengasuh dan pendidik di pesantren mengenai pentingnya kecerdasan emosional dan pengaruh teman sebaya dalam mendukung proses adaptasi santri baru.

   b. Menjadi acuan bagi santri dalam memahami pentingnya mengelola emosi dan memilih lingkungan pergaulan yang positif untuk mendukung penyesuaian diri.

   c. Memberikan masukan bagi orang tua santri agar lebih memperhatikan kesiapan emosional anak sebelum masuk ke lingkungan pondok pesantren.

F. Ruang Lingkup Penelitian

1. Subjek Penelitian

   Penelitian ini difokuskan pada santri baru di Pondok Pesantren Putri Nurul Huda Tulungagung yang sedang menjalani masa adaptasi awal dalam kehidupan pesantren.

2. Variabel Penelitian

   Penelitian ini melibatkan dua variabel bebas (independen), yaitu: Kecerdasan emosional dan Konformitas teman sebaya. Serta satu variabel terikat (dependen), yaitu: Penyesuaian diri santri baru.

3. Wilayah Penelitian

   Penelitian dilakukan di lingkungan Pondok Pesantren Putri Nurul Huda Tulungagung sebagai lokasi tunggal untuk pengambilan data.

4. Waktu Penelitian

   Penelitian ini dilaksanakan dalam kurun waktu tahun ajaran 2024/2025, menyesuaikan dengan masa awal kedatangan santri baru.

5. Pendekatan dan Metode

   Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode analisis regresi linier berganda, guna melihat pengaruh kedua variabel independen terhadap variabel dependen baik secara simultan maupun parsial.

6. Batasan Fokus

   Fokus penelitian dibatasi pada upaya untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecerdasan emosional dan tingkat konformitas teman sebaya dengan tingkat penyesuaian diri, tanpa meneliti faktor-faktor lain seperti dukungan keluarga, lingkungan fisik pondok, atau aspek kepribadian lainnya.

G. Penegasan Variabel

1. Konseptual

   a. Kecerdasan Emosional

      Kecerdasan emosional menurut Salovey dan Mayer (1990) adalah kemampuan individu untuk memantau perasaan dan emosi sendiri dan orang lain, membedakan antar emosi tersebut, serta menggunakan informasi tersebut untuk mengarahkan berpikir dan tindakan.

   b. Konformitas Teman Sebaya

      Konformitas teman sebaya menurut Sears, Freedman, dan Peplau (1982) adalah kecenderungan individu untuk menyesuaikan sikap dan perilaku

agar sesuai dengan norma dan tekanan dari kelompok sebaya guna memperoleh penerimaan sosial.

c. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri menurut Runyon dan Haber (1973) adalah proses di mana individu berusaha mengatasi konflik dan tuntutan dari lingkungan agar dapat berfungsi secara efektif dan harmonis secara psikologis dan sosial.

2. Operasional

a. Kecerdasan Emosional

Dalam penelitian ini, kecerdasan emosional diukur melalui aspek yang mencakup kemampuan mengenali emosi, memahami emosi, mengelola emosi, dan memanfaatkan emosi dalam pengambilan keputusan. Responden menjawab pernyataan menggunakan skala Likert.

b. Konformitas Teman Sebaya

Konformitas teman sebaya diukur melalui 3 aspek kekompakan, kesepakatan, dan ketaatan. Yang indikatornya berisi kepatuhan terhadap norma kelompok, dorongan untuk diterima oleh teman sebaya, dan pengaruh tekanan sosial dalam pengambilan keputus an. Responden memberikan jawaban dengan skala Likert.

c. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri dalam penelitian ini diukur menggunakan *blueprint* yang mencakup aspek-aspek ketepatan persepsi terhadap realitas, kemampuan untuk mengatasi stres dan kecemasan, gambaran diri yang

positif, kemampuan untuk mengekspresikan perasaan, dan hubungan interpersonal yang baik. Skor diperoleh dari respons skala Likert.

H. Sistematika Penulisan

Halaman Sampul Depan
Halaman Judul
Lembar Persetujuan
Lembar Pengesahan
Pernyataan Keaslian
Motto
Persembahan
Kata Pengantar
Daftar Isi
Daftar Tabel
Daftar Gambar
Daftar Lampiran
Abstrak

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah
B. Identifikasi Masalah dan Batasan Penelitian
C. Rumusan Masalah
D. Tujuan Penelitan
E. Kegunaan Penelitian
F. Ruang Lingkup Penelitian
G. Penegasan variable
H. Sistematika Penulisan

BAB II LANDASAN TEORI

A. Teori-teori yang membatasi variabel/sub variabel
B. Penelitian terdahulu
C. Kerangka Teori
D. Hipotesis Penelitian

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan jenis penelitian
B. Lokasi Penelitian
C. Variable dan Pengukuran
D. Populasi, sampling dan sampel penelitian
E. Instrument Penelitian
F. Teknik pengumpulan data
G. Analisis data
H. Tahapan penelitian

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi data
B. Temuan penelitian

BAB V PEMBAHASAN

A. Pembahasan Rumusan Masalah 1
B. Pembahasan Rumusan Masalah 2
C. Pembahasan Rumusan Masalah 3

BAB VI PENUTUP

A. Simpulan
B. Saran

Daftar Pustaka
Lampiran