

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Pendidikan tinggi sebagai bagian dari sistem pendidikan nasional memiliki peran strategis dalam mencerdaskan kehidupan bangsa dan memajukan ilmu pengetahuan dan teknologi dengan memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora serta kebudayaan dan pemberdayaan bangsa Indonesia yang berkelanjutan. Untuk meningkatkan daya saing bangsa dalam menghadapi globalisasi di segala bidang, diperlukan pendidikan tinggi yang mampu mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi serta menghasilkan intelektual, ilmuwan, dan atau profesional yang berbudaya dan kreatif, toleran, demokratis, berkarakter tangguh, serta berani membela kebenaran untuk kepentingan bangsa (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi). Jalur pendidikan tinggi adalah wadah yang tepat bagi pendidikan untuk menyiapkan sumber daya manusia yang berkarakter dan berintegritas. Dengan rata-rata usia 20 tahun, mahasiswa merupakan aset bangsa yang sangat berharga dimana pada usia tersebut manusia masih berada pada masa-masa keemasan dalam mencari jati diri.¹

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) pengertian mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, secara administrasi mereka terdaftar sebagai murid di perguruan tinggi. Mahasiswa juga merupakan kelompok sosial yang terdiri dari para pemuda yang dididik untuk memiliki kemampuan berfikir logis, konstruktif, menguasai perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, serta visioner.²

Harapan yang besar dari masyarakat kepada mahasiswa karena mereka dianggap sebagai calon penerus Bangsa Indonesia. Mahasiswa memiliki peran salah satunya sebagai

¹ Fitriyani, N. (2019). Pengaruh dukungan sosial dan psychological wellbeing terhadap prestasi belajar santri kelas X (studi kasus di MBs Sleman dan Ibnul Qoyyim Putri). *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 10(1), 34-46.

² Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)

agent of change. Namun peran tersebut terkadang belum optimal karena disebabkan faktor internal maupun faktor eksternal.

Faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam diri mahasiswa itu sendiri, seperti kurangnya motivasi, kesadaran diri, pemaknaan tentang tujuan hidup, serta pemahaman nilai-nilai etos kesuksesan. Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari lingkungan sekitar yang mempengaruhi seperti teman, aktivitas kegiatan yang dilakukan serta pengaruh gaya hidup budaya luar. Pengalaman kehidupan yang dialami mahasiswa akan membentuk masing-masing pribadi dan kebermaknaan hidup yang dirasakannya.³

Keinginan seseorang untuk memiliki pendidikan yang lebih baik dan melanjutkan pendidikan perguruan tinggi, tidak jarang orang lebih memilih pergi dari daerah asalnya ke daerah lain, atau bisa juga disebut dengan merantau. Para perantau yang pergi ke daerah lain dengan tujuan menuntut ilmu atau mencari pengalaman, namun pada umumnya, para perantau merupakan seorang mahasiswa. Fenomena mahasiswa rantau yang biasanya terjadi adalah proses adaptasi mahasiswa baik itu dengan lingkungan perkuliahan, teman-teman, budaya baru maupun tempat tinggalnya, sebagai mahasiswa perantau tentunya memerlukan tempat tinggal di tempat rantau, sehingga tidak jarang banyak mahasiswa yang memilih untuk menyewa kos-kosan dan terkadang memilih tinggal di asrama maupun pondok pesantren.⁴

Pondok pesantren merupakan lembaga yang bertujuan untuk memberikan nilai pemahaman terhadap ketuhanan dan mengajarkan sikap religius. Secara terminologis, pondok pesantren adalah sebuah lembaga pendidikan Islam tradisional yang mempelajari, memahami, menghayati dan mengamalkan ajaran agama Islam dengan menekankan

³ Ulpa, E. P. (2015). Hubungan antara stress akademis dengan kesejahteraan Psikologis remaja. *Proceeding Seminar Nasional*. ISBN: 978-602-71716-3-3.

⁴ Martin, I., Nuryoto, S., & Urbayatun, S. (2018). Relaksasi dzikir untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif remaja santri. *Psikis: Jurnal Psikologis Islami*, 4(2), 112.

pentingnya moral keagamaan sebagai pedoman perilaku sehari-hari. Santri hidup dalam suatu komunitas khas yang terdiri dari kyai, ustadz, santri dan pengurus pesantren berlandaskan nilai-nilai agama Islam lengkap dengan norma-norma dan kebiasaannya tersendiri, yang tidak jarang berbeda dengan masyarakat umum yang mengitarinya.

Santri adalah orang yang belajar dan mendalami agama Islam di sebuah pesantren atau pesantrian yang menjadi tempat belajarnya. Santri dapat dibagi menjadi dua jenis, yaitu santri mukim dan santri kalong. Pertama, santri mukim yakni santri yang berasal dari tempat yang jauh dan tinggal di asrama atau lingkungan pondok untuk mengikuti seluruh kegiatan pesantren. Biasanya saat santri yang sudah lama mukim akan membentuk kelompok sendiri atau diberikan tanggungjawan sebagai pengurus pesantren. Kedua, santri kalong yakni santri yang tinggal di kampung sekitar pondok pesantren dan hanya datang ke pondok saat waktu mengaji.⁵

Seiring dengan perkembangan zaman, santri tidak hanya mendalami ilmu keagamaan tetapi juga mendalami ilmu sebagai mahasiswa. Fenomena tersebut banyak dijumpai di pulau Jawa, dimana pesantren dikaitkan dengan dunia kampus. Banyak dijumpai santri sebagai mahasiswa di berbagai perguruan tinggi. Saat ini, banyak mahasiswa yang memilih tinggal di lingkungan pesantren dibandingkan tinggal di kost atau kontrakan. Mereka merasa lebih aman tinggal di lingkungan pesantren, ingin menambah ilmu agama, melakukan kegiatan tambahan yang positif, lebih menghemat biaya, merasa pengurus pondok sebagai sosok orangtua, dan lain-lain.

Santri mahasiswa yang berada di pondok pesantren mendapatkan bimbingan agama dan proses spiritualitas yang lebih banyak daripada mahasiswa yang tidak mondok. Bimbingan agama yang didapatkan di pesantren seharusnya membuat santri mahasiswa

⁵ Bintari, A. G. & D. R. (2021). Kesejahteraan Psikologis, stres, dan regulasi emosi pada mahasiswa baru selama pandemi covid-19. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologis*, 10(1), 51

dapat mencapai ketenangan jiwa. Namun realitanya kehidupan di pondok pesantren sangatlah berbeda dengan kehidupan di pendidikan umum, santri diwajibkan untuk tinggal di dalam asrama pondok pesantren serta santri wajib mengikuti seluruh materi belajar yang telah ditentukan oleh pesantren.⁶

Santri mahasiswa memiliki rata-rata usia sekitar 18-21 tahun. Usia ini menjadi usia yang rentan mengalami permasalahan Psikologis. Karena merupakan masa transisi yang dimulai dari peralihan fase perkembangan remaja akhir menuju fase perkembangan dewasa awal. Dapat dikatakan sebagai masa transisi ketika peralihan individu remaja dengan belum terpenuhinya fungsi sebagai individu dewasa. Mereka akan melalui masa transisi dengan menghadapi berbagai konflik. Hubungan dengan orang tua, pacar, hubungan sosial pertemanan, pencapaian prestasi akademik yang tidak memuaskan, dan masalah keuangan merupakan beberapa konflik yang rentan terjadi pada mereka yang sedang berada pada fase transisi.

Mahasiswa santri memiliki tanggung jawab untuk mengemban perkuliahan dan kegiatan pondok, sehingga ada beban ganda jika dibandingkan dengan mahasiswa non-santri. Kegiatan perkuliahan meliputi mengerjakan tugas kuliah, memenuhi nilai ujian, mendapat indeks prestasi kumulatif di batas minimum, dan kegiatan kampus lainnya di tambah dengan kegiatan akhir semester yang seharusnya mahasiswa selesai tepat waktu dalam perkuliahan. Sedangkan kegiatan di pondok meliputi diniyah, kegiatan hafalan, setoran hafalan, kegiatan pada hari tertentu seperti malam jumat, sorogan, piket harian atau mingguan, kegiatan yang menuntut santri untuk antri. dan perayaan acara hari raya Islam dan beberapa kegiatan pondok pesantren lainnya.⁷

⁶ *Ibid.*58

⁷ Astuti, M. D. N. (2021). *Korelasi Stres Akademik Dengan Kesejahteraan Psikologis (Psychological Wellbeing) Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid19*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Padatnya kegiatan serta adanya keinginan mencapai prestasi akademik menjadi salah satu indikasi penyebab mahasiswa menghadapi banyak tekanan. Hal tersebut dapat mempengaruhi kesejahteraan mahasiswa santri. Adawiyah dalam penelitiannya, menyebutkan mahasiswa yang bermukim di pondok pesantren atau asrama jika tidak mampu beradaptasi ataupun mengimplementasikan manajemen diri yang baik dapat mengalami stres akademik. Beban akademik yang berat dan lingkungan sosial yang beragam menjadi penyebab hal ini.

Individu dengan kemampuan mengelola dan mengontrol dirinya sendiri dan juga lingkungan sosial serta mampu memenuhi aspek kesejahteraan Psikologis dikatakan berada dalam kondisi kesejahteraan Psikologis. Menurut Ryff, ada enam komponen kesejahteraan Psikologis, antara lain: (1) individu menerima dirinya apa adanya; (2) individu dapat membuat tujuan dalam hidupnya; (3) individu dapat memaksimalkan potensinya; (4) individu dapat membangun hubungan yang sehat dengan orang lain. (5) individu dapat bertindak secara mandiri dalam berbagai keadaan, dan (6) individu memiliki kekuasaan atas lingkungannya.⁸

Setiap individu perlu memiliki kesehatan Psikologis yang baik karena kualitas diri yang baik dihasilkan dari kesejahteraan Psikologis atau *psychological well-being* yang tinggi. Hal tersebut dapat meningkatkan harapan hidup dan memungkinkan individu untuk meningkatkan fungsi dan kualitas hidup mereka.

Fenomena mahasiswa dengan keadaan kesejahteraan Psikologis atau *psychological well-being* yang rendah juga terjadi di banyak Universitas di Indonesia. Kurniasari menemukan 38% mahasiswa di Universitas Pendidikan Indonesia memiliki *psychological well-being* kategori rendah, dan 16% berada pada kategori tinggi. Selanjutnya penelitian

⁸ Jess Feist, et. al, Teori Kepribadian, diterjemahkan oleh R.A. Hadwitia Dewi Pertiwi dari *judul Theories of Personality, 8th ed* (Jakarta: Salemba Humanika, 2017, Jilid. I, 4.)

yang dilaksanakan pada 100 mahasiswa Psikologis oleh oleh Utami (2016), dengan bertempat di Universitas Muhammadiyah Malang, menunjukkan bahwa 72% dari mahasiswa memiliki *psychological well-being* kategori sedang, dan 13% pada kategori rendah serta 15% pada kategori tinggi.⁹

Munawarah dalam penelitiannya pada 131 mahasiswa santri di Yogyakarta menunjukkan bahwa kategorisasi *psychological well-being* pada subjek berada pada tingkat sangat rendah sebanyak 14,6%, kemudian *psychological well-being* pada subjek dengan tingkat rendah sebanyak 24,4% dan *psychological well-being* pada subjek dengan tingkat sedang sebanyak 13%, serta 48% subjek memiliki tingkat tinggi dan sangat tinggi pada variabel *psychological well-being*. Idealnya, *psychological well-being* yang baik atau pemenuhan aspek kesejahteraan Psikologis sepatutnya dimiliki oleh mahasiswa santri. Karena setiap individu ingin menjalani kehidupan dengan terpenuhinya aspek Psikologis yang sejahtera, termasuk mahasiswa santri. Intensitas tekanan dan konflik berbagai masalah pribadi dapat membuat mahasiswa santri kesulitan untuk mencapai kesejahteraan Psikologis yang baik.¹⁰

Lebih lanjut Ulpa menjelaskan bahwa para mahasiswa santri diharapkan dapat meraih kesuksesan dengan mengembangkan dan memperbaharui diri, yang tentunya membutuhkan dukungan Psikologis untuk proses belajarnya. Akhtar menjelaskan bahwa *psychological well-being* dapat menstimulus perilaku dan hal-hal positif seperti kestabilan emosi pada mahasiswa. Selain itu, mereka dengan kesejahteraan Psikologis yang baik dapat lebih menikmati hidup karena mereka memperoleh rasa puas dan kebahagiaan dalam

⁹ Kurniasari, E., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Gambaran umum kesejahteraan Psikologis mahasiswa. *Journal of Jurnal Psikologis Integratif* Vol 10, No 2, 2022 Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research, 52.

¹⁰ Munawarah, U. (2018). *Hubungan Antara Tawadhu dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Santri. Universitas Islam Indonesia.*

hidup. Guna mencapai aktualisasi diri dan dapat mengembangkan potensi secara optimal, menjadi langkah yang penting untuk memiliki *psychological well-being* yang baik bagi mahasiswa santri.¹¹

Namun, secara realita yang terjadi adalah masih banyak tingkat *psychological well-being* di lingkungan akademik belum tercapai dengan baik. Terdapat beberapa faktor *psychological well-being* yang mempengaruhi tinggi rendahnya kesejahteraan Psikologis mahasiswa santri, antara lain: *locus of control*, penilaian pengalaman hidup, demografi (jenis kelamin, usia, posisi sosial budaya), kepribadian, dukungan sosial, stres.

Dalam al-Qur'an, bahasan tentang *psychological well-being* disebutkan dalam ayat berikut ini:

الْقُلُوبُ تَطْمَئِنُّ بِاللَّهِ بِذِكْرِ آلَا ۖ اللَّهُ بِذِكْرِ قُلُوبِهِمْ وَتَطْمَئِنُّ آمَنُوا الَّذِينَ

Artinya : (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram” (Ar-Raddu: 28).

Dari ayat di atas, kesehatan jiwa dapat diartikan sebagai: Hati yang damai, di mana orang merasakan kedamaian batin hanya mengingat Tuhannya yaitu Allah SWT. Dapat diambil kesimpulan dari ayat di atas adalah bahwa di hadapan semua dengan nama Allah, maka sesuatunya akan lebih mudah dan enteng.¹²

Sebagaimana definisi kesejahteraan psikologis sendiri, bahwasanya ada yang mengatakan bahwa kesejahteraan psikologis dapat di refleksikan dengan rasa bahagia, dan

¹¹ Ulpa, E. P, *Hubungan antara stress akademis dengan kesejahteraan Psikologis remaja*. Proceeding Seminar Nasional. ISBN: 978-602-71716-3-3. 2015

¹² Zuhriy, S. M, *Budaya Pesantren dan Pendidikan Karakter pada Pondok Pesantren Salaf. Walisongo*, 19(2). 2011

rasa bahagia dalam al-Qur'an juga digambarkan dalam ketenangan hati atau ketentraman hati.¹³

Dukungan sosial adalah kepedulian terhadap orang lain yang diungkapkan melalui perhatian, penegasan, kenyamanan, dan bantuan dari individu atau kelompok lain. Bentuk dukungan sosial mengacu pada tindakan yang diambil oleh individu atau kelompok untuk menenangkan, memperhatikan, menghargai, atau bersedia menawarkan dukungan.

Menurut Sarafino, ada empat jenis dukungan sosial: 1) dukungan emosional (perhatian, empati, dan perhatian); 2) dukungan penilaian; 3) bantuan fragmental (sumbangan barang atau jasa); dan 4) dukungan informasional (saran atau ide). Memberikan dukungan sosial kepada individu akan berdampak baik bagi individu, yakni individu akan mampu menangani berbagai situasi dan menemukan solusi untuk tantangan serta masalah yang mereka hadapi. Sehingga individu bisa beradaptasi dengan keadaan dan memungkinkan individu untuk meningkatkan *psychological well-being*-nya.¹⁴

Tuntutan akademik dan rutinitas yang padat menjadi salah satu penyebab tekanan yang dialami oleh santri mahasiswa. Kurangnya manajemen waktu dalam kegiatan sehari-hari dikarenakan peran santri juga sebagai mahasiswa dalam mengikuti berbagai kegiatan diluar kampus seperti organisasi dan lainnya menyebabkan tekanan Psikologis, kelelahan, penurunan minat belajar, mudah marah, melemahnya tanggungjawab, serta menimbulkan kecemasan dan depresi sama halnya dengan fenomena yang muncul di Pondok Pesantren Al-Ma'ruf Bandar Lor Kota Kediri. Yang berstatus menjadi santri di Pondok Pesantren Al-Ma'ruf Bandar Lor Kota Kediri terdapat mahasiswa baru maupun mahasiswa tingkat akhir. Meskipun pondok Pesantren Al-Ma'ruf Bandar Lor Kota Kediri tergolong pondok

¹³ Ulpa, E. P. (2015). Hubungan antara stress akademis dengan kesejahteraan Psikologis remaja. *Proceeding Seminar Nasional*. ISBN: 978-602-71716-3-3

¹⁴ Laura A. King, *Psikologi Umum, Sebuah Pandangan Apresiatif*, diterjemahkan oleh Petty Gina Gayatri, dari judul *The Science of Psychology-An Appreciative View* 3th ed, Jakarta: Salemba Humanika, 2017, Jilid II, 136-137.

salaf namun pondok Pesantren Al-Ma'ruf Bandar Lor Kota Kediri terbilang sama seperti pondok modern, yang santri-santrinya diperbolehkan membawa alat elektronik (handphone, laptop) dan juga diperbolehkan menggunakan sepeda motor, dengan jadwal kegiatan mengaji di pondok dimulai setelah maghrib sampai jam 22:00 WIB dan setelah sholat subuh. Dengan padatnya jadwal individu dengan mengemban status mahasiswa yang sudah berada di akhir semester dan tuntutan menjadi santri membuat individu tidak seimbang dalam melakukan aktivitas sehingga mengakibatkan salah satu perannya menjadi terhambat dan tidak berjalan maksimal, salah satu dampaknya adalah perkuliahan menjadi terbengkalai dan molor.

Penemuan permasalahan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Gambaran Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Rantau Tingkat Akhir Di Pondok Pesantren Al-Ma'ruf Bandar Lor Kota Kediri.

B. Fokus penelitian

1. Bagaimana Gambaran Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Rantau Tingkat Akhir Di Pondok Pesantren Al-Ma'ruf Bandar Lor Kota Kediri?
2. Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Rantau Tingkat Akhir Di Pondok Pesantren Al-Ma'ruf Bandar Lor Kota Kediri?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui bagaimana gambaran kesejahteraan Psikologis mahasiswa rantau tingkat akhir di pondok pesantren Al-Ma'ruf Bandar Lor Kota Kediri.
2. Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan Psikologis mahasiswa rantau tingkat akhir di pondok pesantren Al-Ma'ruf Bandar Lor Kota Kediri.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa kegunaan, diantaranya:

1. Kegunaan Secara Teoritis

- a. Sebagai sarana untuk menambah pengetahuan dan wawasan terkait penelitian gambaran kesejahteraan Psikologis mahasiswa tingkat akhir di pondok pesantren.
- b. Diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan keilmuan bagi pembacanya serta dapat digunakan sebagai acuan referensi.

2. Kegunaan Secara Praktis

- a. Bagi peneliti, penelitian ini sebagai media untuk mentransformasikan ilmu yang diperoleh selama kuliah dan penelitian di lapangan, guna menambah wawasan keilmuan dan pengalaman.
- b. Diharapkan dapat menjadi acuan referensi para pembaca, dan sebagai informasi bagi penelitian sejenis dan bagi penulis lainnya.

E. Penegasan Istilah

Menghindari kesalahan dan kekeliruan dalam memahami judul penelitian ini, maka perlu adanya penegasan terhadap istilah yang terdapat dalam judul sebagai berikut:

Kesejahteraan Psikologis atau *Psychological well-being* merupakan suatu pencapaian penuh dari potensi Psikologis dan suatu kondisi individu yang dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, memiliki pribadi mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, dan memiliki pertumbuhan pribadi yang baik. Konsepsi kesejahteraan Psikologis merupakan integrasi dari teori-teori perkembangan manusia, teori Psikologis klinis, dan konsepsi mengenai kesehatan mental. Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Ryff, kesejahteraan Psikologis merupakan kondisi individu yang terintegrasi dari teori Psikologis perkembangan dan klinis.

Mahasiswa perantau menurut Devinta yaitu mahasiswa yang berasal dari lingkungan yang secara budaya berbeda dengan daerah tempat perantauan, mereka datang dengan tujuan kuliah, menetap dalam kurun waktu tertentu/untuk jangka waktu lama.

F. Telaah Pustaka

1. Pinisi Journal Of Sociology Education Review; Vol. 2; No.1; Maret 2022 oleh Ebi Nabilah, Bambang Samsul Arifin, Tarsono "KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA REMAJA SANTRI" (Fenomena Hafalan di Pondok Pesantren Sukamiskin) Pendidikan Agama Islam, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati. Penelitian ini termasuk penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Data diperoleh dari hasil wawancara dan observasi. Subjek penelitian berjumlah empat santri, terdiri dari MHR, FAH, PNW dan DFN. Setelah dilakukan penelitian, ditemukan bahwa banyaknya kitab yang harus dihafal mempengaruhi kesejahteraan Psikologisnya. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti berupa konteks pembahasan terkait kesejahteraan Psikologis pada santri. Sedangkan perbedaannya dapat dilihat dari subjek penelitian, subjek yang terdapat dalam penelitian di atas berupa remaja santri, sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti berupa santri mahasiswa rantau.
2. Jurnal Psikologis Integratif Vol 10, No 2, 2022 oleh Ninda Alza Nur Zahrah, Rita Setyani Hadi Sukirno *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa Santri Ditinjau dari Dukungan Sosial & Stress Akademik *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa Santri Ditinjau dari Dukungan Sosial & Stress Akademik Program Studi Psikologis, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan *psychological well-being* mahasiswa santri ditinjau dari dukungan sosial dan stress akademik. Metode kuantitatif digunakan sebagai metode penelitian. Terdapat 200 mahasiswa santri di Daerah Istimewa Yogyakarta yang menjadi sampel penelitian. Instrument yang digunakan ada 3 skala. Kemudian teknik analisis korelasi *pearson product moment* digunakan sebagai analisis data penelitian. Menurut output penelitian, dukungan sosial dan stress akademik memiliki dampak yang cukup besar terhadap *psychological well-being*, dengan

sumbangan efektif sebesar 47,4%. Analisis masing-masing variabel independen menunjukkan bahwa stres akademik berhubungan negatif dengan kesejahteraan Psikologis ($p=0,001$), dengan sumbangan efektif sebesar 25,7%. Sedangkan dukungan sosial berkorelasi positif dengannya ($p=0,001$), dengan kontribusi efektif sebesar 22,2%, menurut analisis masing-masing variabel independen. Persamaan dengan penelitian diatas dapat dilihat dari subjek penelitian tentang kesejahteraan Psikologis pada mahasiswa santri. Perbedaan nya berupa metode yang akan dilakukan oleh peneliti menggunakan kualitatif sedangkan penelitian diatas menggunakan kuantitatif.

3. Jurnal Psikologis Islam Vol. 1, No. 2 (2022), oleh Nur Fitriyani Hardi, L. Fina Mahzuni Azki Sururi "KETENANGAN JIWA DAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING": STUDI PADA SANTRI MAHASISWA DI PONDOK PESANTREN Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Indonesia. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode pendekatan korelasi. Pada penelitian ini melibatkan sebanyak 85 sampel yang diambil dengan teknik simple random sampling. Setelah melakukan pengumpulan data dengan penyebaran kuisioner, kemudian dilakukan uji hipotesis menggunakan uji korelasi product moment pearson. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara ketenangan jiwa dengan kesejahteraan Psikologis pada santri mahasiswa di pondok pesantren Ulul Albab Balirejo Yogyakarta dengan nilai p (sig) = $0,000 < 0,01$ dan koefisien korelasi (r hitung) sebesar 0,720. Selain itu, kedua variabel memiliki hubungan positif, berarti semakin tinggi tingkat ketenangan jiwa maka semakin tinggi tingkat kesejahteraan Psikologis pada santri mahasiswa di pondok pesantren Ulul Albab Balirejo Yogyakarta. Persamaan penelitian diatas dengan yang akan dilakukan oleh peneliti berupa konteks pembahasan tentang kesejahteraan Psikologis pada santri mahasiswa rantau. Perbedaan nya terletak pada metode penelitian, penelitian diatas

menggunakan kuantitatif dengan pendekatan korelasi sedangkan peneliti menggunakan kualitatif berbentuk studi kasus.

4. Psychophedia Jurnal Vol 7 No 1 Juni 2022 November 2022 oleh Nita Rohaya, Aang Solahudin Anwar, Nursumiah Hajjah "STRES AKADEMIK, RELIGIUSITAS DAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA REMAJA DI PESANTREN RAUDHATUL IRFAN Fakultas Psikologis, Universitas Buana Perjuangan Karawang Fakultas Ilmu Pendidikan dan Keguruan, Universitas Buana Perjuangan Karawang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara stress akademik dan religiusitas dengan Psychological wellbeing pada remaja Pondok Pesantren Raudhatul Irfan, Karawang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional, dengan menggunakan tiga skala yaitu skala stress akademik, skala religiusitas dan skala Psychological wellbeing. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai Rsquare sebesar 0,592; artinya sebesar 59,2% variasi pada psychological wellbeing dipengaruhi oleh religiusitas dan stres, sisanya sebesar 40,8% disebabkan oleh variabel lain yang tidak diukur dalam penelitian ini. Hubungan antara stres akademik dan religiusitas dengan psychological wellbeing diketahui memiliki hubungan yang signifikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti kesejahteraan Psikologis pada santri pondok pesantren. Perbedaannya terletak pada jumlah variabel yang dilakukan oleh peneliti, penelitian diatas membahas terkait stress akademik, religiusitas dan kesejahteraan Psikologis pada santri, sedangkan peneliti hanya menggali fenomena kesejahteraan Psikologis pada santri.
5. Jurnal Ecopsy Volume 9, Nomor 1, April 2022, oleh Achmad Muhammad Danyalin & Farah Farida Tantiani "Kesesakan dan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja di Pondok Pesantren" Fakultas Psikologis, Universitas Negeri Malang, Jawa Timur, 65145, Indonesia. penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kesesakan

terhadap kesejahteraan Psikologis remaja di pondok pesantren. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif asosiatif dengan populasi remaja berusia 15-17 tahun yang tinggal di Pondok Pesantren X. Partisipan penelitian berjumlah 135 remaja yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling. Instrumen pengumpulan data terdiri dari dua skala, yaitu: skala kesejahteraan Psikologis ($\alpha = 0,547$ hingga $0,810$) dan skala kesesakan ($\alpha = 0,830$). Teknik analisis data menggunakan uji regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesesakan tidak berpengaruh terhadap kesejahteraan Psikologis remaja di Pondok Pesantren X. Faktor yang terindikasi mempengaruhi hasil penelitian ini adalah usia dan tingkat ekonomi partisipan. Persamaan penelitian ini dengan yang akan dilakukan oleh peneliti terdapat pada konteks pembahasan dan ruang lingkup penelitian. Sedangkan perbedaannya terletak pada metode penelitian, penelitian ini menggunakan kuantitatif asosiatif sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan kualitatif berbentuk studi kasus.