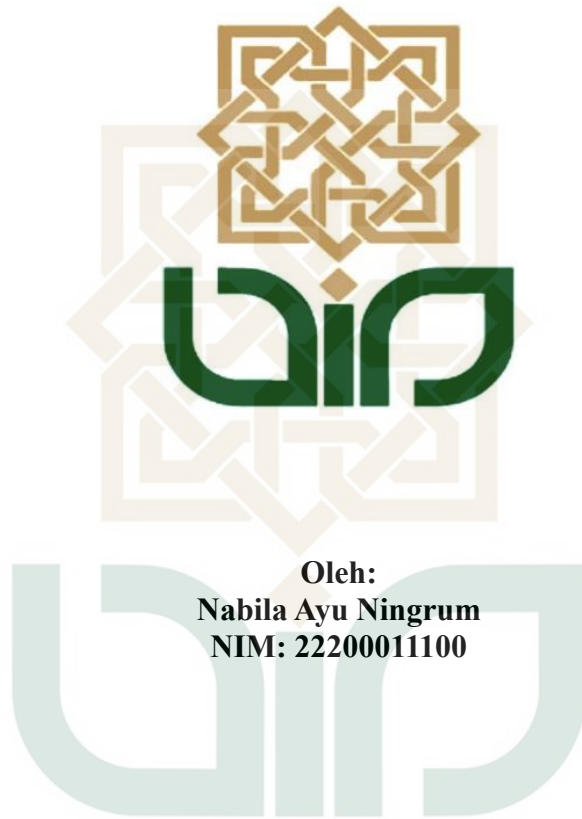


RESILIENSI SANTRI REMAJA DI PESANTREN NURUL UMMAH

PUTRI KOTAGEDE YOGYAKARTA



Oleh:
Nabila Ayu Ningrum
NIM: 22200011100

TESIS

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Diajukan kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh
Gelar *Master of Arts* (M.A)

Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam

YOGYAKARTA

2025

RESILIENSI SANTRI REMAJA DI PESANTREN NURUL UMMAH

PUTRI KOTAGEDE YOGYAKARTA



Oleh:
Nabila Ayu Ningrum
NIM: 22200011100

TESIS

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
Diajukan kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh
Gelar *Master of Arts* (M.A)
Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam

YOGYAKARTA

2025

PERNYATAAN KEASLIAN

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nabila Ayu Ningrum
NIM : 22200011100
Jenjang : Magister
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 17 Juni 2025

Saya yang menyatakan



Nabila Ayu Ningrum

Nabila Ayu Ningrum

NIM. 22200011100

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nabila Ayu Ningrum
NIM : 22200011100
Jenjang : Magister
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa naskah bebas dari plagiasi. Jika kemudian hari terbukti melakukan plagiasi, saya siap ditindak sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 17 Juni 2025

Saya yang menyatakan



Nabila Ayu Ningrum

NIM. 22200011100

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PENGESAHAN TUGAS AKHIR



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-902/Un.02/DPPs/PP.00.9/08/2025

Tugas Akhir dengan judul : Resiliensi Santri Remaja di Pesantren Nurul Ummah Putri Kotagede Yogyakarta

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : NABILA AYU NINGRUM, S.Ag
Nomor Induk Mahasiswa : 22200011100
Telah diujikan pada : Senin, 07 Juli 2025
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I
Dr. Ja'far Assagaf, M.A.
SIGNED

Valid ID: 689307b260858



Penguji II
Prof. Dr. Hj. Sriharini, S.Ag., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 6893001e1394a



Penguji III
Dr. Ahmad Fauzi, M.S.I
SIGNED

Valid ID: 6892d01293707



Yogyakarta, 07 Juli 2025
UIN Sunan Kalijaga
Direktur Pascasarjana
Prof. Dr. Moch. Nur Ichwan, S.Ag., M.A.
SIGNED

Valid ID: 689d3b2a26621

NOTA DINAS PEMBIMBING

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.,
Direktur Pascasarjana
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Assalamu 'alaikum wr. Wb.

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:
"Resiliensi Santri Remaja di PP. Nurul Ummah Putri Kotagede Yogyakarta"

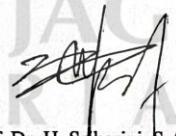
Yang ditulis oleh:

Nama : Nabila Ayu Ningrum
NIM : 22200011100
Jenjang : Magister
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Magister Studi Islam.

Wassalamu 'alaikum wr. wb.

Yogyakarta, 17 Juni 2025
Pembimbing


Prof. Dr. H. Siharini, S.Ag., M.Si.
NIP. 19710526 1997032 001

ABSTRAK

Memasuki kehidupan di pesantren bukan hal yang mudah untuk santri baru. Proses penyesuaian diri dalam bertahan di pesantren tidak lepas dengan berbagai macam kesulitan. Terlebih lagi jika santri tersebut memiliki peran ganda yaitu sebagai santri yang mengaji di pesantren dan siswa yang menuntut ilmu di sekolah. Seorang santri dituntut untuk selalu produktif dengan padatnya kegiatan, tanggung jawab tersebut tentu persoalan baru yang tidak mudah untuk dihadapi oleh santri baru. Mereka harus memiliki semangat dan tekad yang kuat dalam menghadapi hal-hal tersebut. Penulisan ini bertujuan untuk mengetahui pengalaman-pengalaman santri baru, khususnya santri putri remaja serta mengetahui kemampuan resiliensi diri mereka dalam menghadapi kesulitan yang mereka hadapi di tahun pertama di pesantren dan faktor-faktor pendukungnya.

Metode penulisan yang digunakan adalah metode penulisan kualitatif dengan jenis *field research* (penulisan lapangan). Pendekatan penulisannya adalah studi kasus di PP. Nurul Ummah Putri Yogyakarta. Informan penulisan dalam penulisan ini berjumlah empat orang, sedangkan informannya berjumlah empat orang. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penulisan ini yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Adapun proses analisisnya menggunakan tiga tahap, yaitu reduksi data, penyajian, dan verifikasi data atau penarikan kesimpulan. Triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan triangulasi waktu menjadi teknik keabsahan data dalam penulisan ini.

Penulisan ini menemukan tentang gambaran pengalaman kehidupan santri baru khususnya remaja putri di PP. Nurul Ummah Putri, mulai dari latar belakang mereka memasuki pesantren, kesulitan yang mereka hadapi dan upaya-upaya yang mereka lakukan untuk menghadapi kesulitan tersebut. Santri putri remaja secara global memiliki kemampuan resiliensi diri, pertama *self-efficacy*. Kemampuan ini menunjukkan bahwa santri putri remaja mampu menghadapi masalah. Kedua, *active coping*. Kemampuan ini menunjukkan bahwa santri putri mampu mengatasi kesulitan yang mereka hadapi. Faktor pendukung terbentuknya resiliensi diri santri putri remaja terbagi menjadi dua bagian, yaitu internal dan eksternal. Faktor internal mencakup menjaga kelurusan niat dan tekad, serta optimisme yang ada pada diri mereka. Sedangkan faktor eksternal meliputi dukungan dari orang tua.

Kata Kunci: *Resiliensi Diri, Santri, Remaja*

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Keputusan Bersama

Menteri Agama Dan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia

Nomor: 158 Tahun 1987

Nomor: 0543b//U/1987

Transliterasi dimaksudkan sebagai pengalih-hurufan dari abjad yang satu ke abjad yang lain. Transliterasi Arab-Latin di sini ialah penyalinan huruf-huruf Arab dengan huruf-huruf Latin beserta perangkatnya.

A. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf. Dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus. Berikut ini daftar huruf Arab yang dimaksud dan transliterasinya dengan huruf latin:

Tabel 0.1. Tabel Transliterasi Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
أ	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Ša	š	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ĥa	ĥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha

د	Dal	d	De
ذ	Żal	ż	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	r	er
ز	Zai	z	zet
س	Sin	s	es
ش	Syin	sy	es dan ye
ص	Şad	ş	es (dengan titik di bawah)
ض	Ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ṭa	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Ẓa	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	`ain	`	koma terbalik (di atas)
غ	Gain	g	ge
ف	Fa	f	ef
ق	Qaf	q	ki
ك	Kaf	k	ka
ل	Lam	l	el
م	Mim	m	em
ن	Nun	n	en
و	Wau	w	we
ه	Ha	h	ha
ء	Hamzah	‘	apostrof
ي	Ya	y	ye

B. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau *monofong* dan vokal rangkap atau *diftong*.

1. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Tabel 0.2. Tabel Transliterasi Vokal Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَ	Fathah	a	a
ـِ	Kasrah	i	i
ـُ	Dammah	u	u

2. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf sebagai berikut:

Tabel 0.3. Tabel Transliterasi Vokal Rangkap

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ـِـي...	Fathah dan ya	ai	a dan u
ـِـو...	Fathah dan wau	au	a dan u

Contoh:

- كَتَبَ kataba
- فَعَلَ fa`ala
- سَأَلَ suila
- كَيْفَ kaifa
- حَوْلَ haula

C. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda sebagai berikut:

Tabel 0.4. Tabel Transliterasi *Maddah*

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
اَ...ى...	Fathah dan alif atau ya	ā	a dan garis di atas
ى...	Kasrah dan ya	ī	i dan garis di atas
و...	Dammah dan wau	ū	u dan garis di atas

Contoh:

- قَالَ qāla
- رَمَى ramā
- قِيلَ qīla
- يَقُولُ yaqūlu

D. Ta' Marbutah

Transliterasi untuk ta' marbutah ada dua, yaitu:

1. Ta' marbutah hidup

Ta' marbutah hidup atau yang mendapat harakat fathah, kasrah, dan dammah, transliterasinya adalah "t".

2. Ta' marbutah mati

Ta' marbutah mati atau yang mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah "h".

3. Kalau pada kata terakhir dengan ta' marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka ta' marbutah itu ditransliterasikan dengan "h". Contoh:

- رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ raudah al-atfāl/raudahtul atfāl
- الْمَدِينَةُ الْمُنَوَّرَةُ al-madīnah al-munawwarah/al-madīnatul munawwarah
- طَلْحَةَ talhah

E. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tanda tasydid, ditransliterasikan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu. Contoh:

- نَزَّلَ nazzala
- الْبِرُّ al-birr

F. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu ال, namun dalam transliterasi ini kata sandang itu dibedakan atas:

1. Kata sandang yang diikuti huruf syamsiyah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiyah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf "l" diganti dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

2. Kata sandang yang diikuti huruf qamariyah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariyah ditransliterasikan dengan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai dengan bunyinya.

Baik diikuti oleh huruf syamsiyah maupun qamariyah, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanpa sempang. Contoh:

- الرَّجُلُ ar-rajulu
- الْقَلَمُ al-qalamu
- الشَّمْسُ asy-syamsu
- الْجَلَالُ al-jalālu

G. Hamzah

Hamzah ditransliterasikan sebagai apostrof. Namun hal itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Sementara hamzah yang terletak di awal kata dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif. Contoh:

- تَأْخُذُ ta'khužu
- سَيِّئٌ syai'un
- النَّوْءُ an-nau'u
- إِنَّ inna

H. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik fail, isim maupun huruf ditulis terpisah. Hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harkat yang dihilangkan, maka penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya. Contoh:

- | | |
|---|---|
| - وَإِنَّ اللَّهَ فَهُوَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ | Wa innallāha lahuwa khair ar-rāziqīn/
Wa innallāha lahuwa khairurrāziqīn |
| - بِسْمِ اللَّهِ مَجْرَاهَا وَ مَرْسَاهَا | Bismillāhi majrehā wa mursāhā |

I. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah. Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, serta kekuatan lahir dan batin sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister pada Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies*, Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, suri teladan umat yang membawa cahaya ilmu dan kebenaran bagi seluruh umat manusia.

Tesis ini merupakan hasil dari proses panjang pembelajaran, penulisan, refleksi, serta dukungan dari berbagai pihak yang sangat berarti bagi penulis. Penulisan tesis ini mengangkat tema yang penulis pandang penting dan relevan dengan realitas sosial serta keilmuan, khususnya dalam ranah kajian Islam interdisipliner.

Penulis berharap semoga tesis ini dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang studi Islam interdisipliner, serta menjadi amal jariyah yang bermanfaat bagi semua pihak.

Dengan penuh rasa syukur, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, semangat, dan doa selama proses penyusunan tesis ini hingga selesai.

Ucapan terima kasih secara khusus penulis haturkan kepada:

1. Bapak Noorhaidi Hasan, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D selaku rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Prof. Dr. H. Sriharini, S.Ag., M.Si., selaku dosen pembimbing tesis, yang telah dengan sabar membimbing, membina, serta memberikan arahan dan masukan yang sangat berarti selama proses penulisan tesis ini. Terima kasih atas ketelatenan, ilmu, dan ketulusan yang Ibu berikan. Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan Ibu dengan keberkahan dan pahala yang berlimpah.

3. Bapak Dr. Moch. Nur. Ichwan, S.Ag., M.A., selaku Direktur Pascasarjana dan Bapak Rafiq, S.Ag., M.Ag., M.A., Ph.D. selaku Wakil Direktur Pascasarjana.
4. Bapak Najib Kailani, S.Fil. I., M.A., Ph.D. selaku ketua program studi magister dan Ibu Subi Nur Isnaini, M.A. selaku sekretaris program magister.
5. Bapak Dr. Subaidi, S.Ag., M.SI., selaku dosen penasihat akademik, atas bimbingan dan arahnya selama masa studi penulis. Terima kasih atas kebaikan, motivasi, dan perhatian yang sangat membantu dalam proses akademik penulis.
6. Segenap dosen Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies, Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga, yang telah dengan ikhlas membagikan ilmu, wawasan, dan nilai-nilai keilmuan yang sangat berharga selama proses perkuliahan.
7. Ibunda tercinta ibu Surip Rahayu yang dengan doa, kasih sayang, dan ketulusan hati senantiasa menjadi sumber kekuatan dan inspirasi dalam setiap langkah hidup penulis. Terima kasih atas segala pengorbanan, cinta yang tak pernah habis, dan nasihat yang selalu menuntun.
8. Suami tercinta, Muhammad Imdad, yang dengan kesabaran, dukungan moril dan materiil, serta cinta yang tulus selalu mendampingi penulis dalam suka dan duka selama proses studi dan penyusunan tesis ini. Terima kasih telah menjadi sahabat sekaligus penopang dalam setiap perjuangan.
9. Putriku tersayang, Layya Hubaba, yang kehadirannya memberikan semangat dan makna baru dalam hidup penulis. Meski masih begitu kecil, kamu adalah alasan terbesar mengapa umma ingin terus belajar, tumbuh, dan memberikan yang terbaik.
10. Ibu Nyai H. Barokah Nawawi, Pengasuh Pondok Pesantren Nurul Ummah Putri Kotagede, atas keterbukaan dan izin yang diberikan kepada penulis untuk melaksanakan penulisan di lingkungan pesantren. Terima kasih atas kepercayaan dan kesempatan yang sangat berharga ini.
11. Para informan penulisan, yaitu santri putri remaja di Pondok Pesantren Nurul Ummah Putri Yogyakarta, yang telah bersedia meluangkan waktu,

tenaga, dan pikirannya dalam proses pengumpulan data. Terima kasih atas kejujuran, keterbukaan, dan semangat yang luar biasa selama proses wawancara dan observasi berlangsung. Semoga senantiasa semangat menuntut ilmu hingga kelak tercapai apa yang kalian semogakan.

12. Seluruh pengurus Pondok Pesantren Nurul Ummah Putri, yang telah membantu kelancaran proses penulisan. Terima kasih atas kerja sama, sambutan hangat, dan bantuan teknis yang sangat berarti bagi kelangsungan penulisan ini.
13. Adik-adik tercinta, Yusnia Nur Amanah dan M. Riziq Sulaiman, atas doa, semangat, dan kasih sayang yang turut menguatkan penulis di setiap langkah.
14. Sahabat-sahabat terkasih yang selalu menjadi penyemangat dan sumber inspirasi:
Azza Lailatul M., Helmiyatus Sarierah, Ina Noer Fatmawati, Choirunnisa, Dessy Novita Sari, Nurul Muti'ah, dan Erni Sa'adah. Terima kasih atas doa, dukungan, canda tawa, dan kebersamaan yang begitu berarti selama proses panjang dalam belajar, sangat hangat dan bermakna. Semoga kalian diliputi kebahagiaan di mana pun kalian berjuang.
15. Teman-teman seperjuangan di Program Studi Psikologi Pendidikan Islam angkatan 2022, yang telah berbagi perjalanan akademik dengan semangat solidaritas dan kebersamaan. Semoga kita semua senantiasa diberi kemudahan dalam menapaki jalan keilmuan.

Akhirnya, penulis menyadari bahwa tesis ini tentu masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, segala kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi yang berarti, baik secara akademis maupun praktis.

Yogyakarta, 17 Juni 2025

Nabila Ayu Ningrum

NIM. 22200011100



DAFTAR ISI

Contents

Halaman Judul.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	iii
PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING	v
ABSTRAK	vi
PEDOMAN TRANSLITRASI ARAB-LATIN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	xiv
DAFTAR ISI	xviii
DAFTAR TABEL.....	xx
DAFTAR GAMBAR	xxi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan dan Kegunaan Penulisan.....	7
D. Kajian Pustaka.....	8
E. Kerangka Teoritis	23
F. Metode.....	33
G. Sistematika Pembahasan.....	41
BAB II.....	43
GAMBARAN UMUM PONDOK PESANTREN NURUL UMMAH PUTRI....	43
KOTA GEDE YOGYAKARTA	43
A. Gambaran Umum Pondok Pesantren Nurul Ummah Putri Kotagede Yogyakarta.....	43
B. Letak Geografis	45
C. Visi dan Misi	46
D. Jadwal Kegiatan Harian PP. Nurul Ummah Putri	47
E. Peraturan Santri di Pesantren Nurul Ummah Putri	52
F. Program-Program di Pondok Pesantren Nurul Ummah Putri.....	52

G. Latar Belakang Menempuh Pendidikan di Pesantren	53
H. Kesulitan yang Dialami oleh Santri Putri Remaja PP. Nurul Ummah Putri 57	
BAB III	69
RESILIENSI SANTRI PUTRI REMAJA	69
PP. NURUL UMMAH PUTRI KOTAGEDE YOGYAKARTA	69
A. Kemampuan Resiliensi Diri Santri Putri Remaja Tahun Pertama di Pesantren	69
BAB VI	89
FAKTOR-FAKTOR PENDUKUNG RESILIENSI SANTRI PUTRI REMAJA PP. NURUL UMMAH PUTRI YOGYAKARTA.....	89
A. Faktor Pendukung Terbentuknya Resiliensi Diri Santri Putri Remaja.....	89
BAB V.....	99
PENUTUP.....	99
A. Kesimpulan	99
B. Saran.....	100
LAMPIRAN.....	103
DAFTAR PUSTAKA.....	103



 STATE ISLAMIC UNIVERSITY
 SUNAN KALIJAGA
 YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Strategi Koping Santri Putri Remaja.....	84
Tabel 2 Pedoman Observasi	113
Tabel 3 Pedoman Dokumentasi.....	114



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Gedung Asrama PP. Nurul Ummah Putri Yogyakarta.....	46
Gambar 2 Catatan Harian La.....	63
Gambar 3 Foto Fi dan La sedang berkegiatan di pesantren.....	67



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan teknologi dan ilmu pengetahuan telah mengantarkan manusia kepada perubahan dan kemudahan dalam berbagai aspek kehidupan. Perkembangan teknologi dan berbagai hal yang dapat dicapai dengan instan di era ini tidak cukup untuk membentengi dan membekali sumber daya manusia. Untuk memberikan bekal yang pantas di tengah kemelut duniawi, biasanya pendidikan agama menjadi acuan penting yang harus ditanamkan kepada setiap individu. Salah satu lembaga pendidikan agama yang konsisten mengajarkan nilai-nilai keagamaan dan peduli dengan wilayah esoterik muridnya adalah pondok pesantren. Tidak heran jika banyak orang tua yang menginginkan anak-anaknya mengenyam pendidikan di pesantren.

Sebelum tren program sekolah modern masif di Indonesia, pondok pesantren sudah menjadi lembaga yang mengajarkan keilmuan agama pada masyarakat bahkan sejak Indonesia merdeka. Sebagai lembaga pendidikan Islam yang memiliki tatanan hidup yang positif, pesantren juga memiliki ciri khasnya tersendiri. Pesantren bak ibarat miniatur dari sistem kemasyarakatan, ia merupakan sebuah komunitas di mana kyai, santri, dan pengurus saling bersinergi di bawah naungan Islam dan norma-normanya.¹

¹ Zulhimma, "Dinamika Perkembangan Pondok Pesantren di Indonesia", *Jurnal Darul 'ilmi*, 01, no. 02 (2013): 167.

Secara umum model pembelajaran di pondok pesantren berbasis tradisional, namun seiring berkembangnya situasi zaman telah terjadi sebuah inovasi terhadap sistem di mana pesantren menggabungkan kurikulum dari pemerintah dan kurikulum khas yang dimiliki oleh sebuah pesantren. Pola inovasi ini hadir dengan harapan santri dapat menuntut ilmu agama dengan baik tanpa meninggalkan proses belajar dalam memperoleh ilmu pengetahuan umum.²

Pada prosesnya pendidikan di pesantren mengharuskan santri-santrinya untuk tinggal di dalamnya. Untuk pesantren modern tentu saja santri tidak hanya tinggal di asrama mengenyam pendidikan islami, melainkan juga berangkat menuju sekolah formal untuk bersekolah, seperti SD, SMP/MTS, SMA/MA. Proses tersebut juga dilalui oleh santri-santri putri remaja di pondok pesantren Nurul Ummah Putri Yogyakarta. Pondok pesantren ini memiliki lembaga pembelajaran resmi yang bersinergi dengan pesantren, yaitu TK, SMP, dan SMA. Adapun pendidikan pesantren yang tersedia di pondok pesantren ini adalah tahfidz atau madrasah untuk menghafal Al-Qur'an dan Madrasah Diniyah untuk mengkaji dan memahami kitab-kitab kuning.

Pola pengajaran tersebut merupakan tantangan yang menarik untuk santri, sebab mereka harus menjalankan peran ganda yakni pendidikan agama di asrama dan pendidikan formal di sekolah. Tentu saja hal ini semakin tidak mudah dijalani apabila santri tersebut belum selesai dengan proses adaptasi di

² Khoirudin Basori, *Problem Psikologis Kaum Santri: Resiko Insekuritas Kelekatan*, (Yogyakarta: Forum Kajian Budaya dan Agama, 2003), 63.

pesantren. Santri yang belum sepenuhnya betah di pesantren tentu memiliki kesulitan-kesulitan tersendiri yang harus ia hadapi di samping menjalankan peran gandanya di pesantren. Pada umumnya santri yang mengenyam pendidikan di dalam pesantren akan mengalami fase adaptasi dengan berbagai kegiatan, peraturan, lingkungan, dan batasan-batasan yang diterapkan kepada mereka. Sudah menjadi rahasia umum bahwa dalam fase ini atau bahkan santri yang sudah melewati fase ini akan mengalami kesulitan baik dalam praktis seperti kegiatan mereka maupun persoalan psikologis.

Proses tersebut tentu tidak mudah bagi santri remaja. Karena anak muda sedang dalam fase pertumbuhan dan transisi dari masa kanak-kanak ke kedewasaan, hal ini menyebabkan berbagai perubahan dalam kehidupannya. G. Stanley Hall juga menyebutkan bahwa pada fase remaja, guncangan-guncangan akan dialami, seperti konflik dan perubahan suasana hati individu atau biasanya disebut dengan *storm and stress* (topan dan tekanan).³ Belum lagi kehidupan pesantren, dengan konsep asrama-*dormitory*-meniscayakan pelakunya (santri) untuk mengikuti berbagai aturan tertentu yang khas. Peraturan-peraturan di pesantren seperti larangan penggunaan *gadget*, mengakses beberapa item teknologi yang memberi kesan seolah pesantren mengambil jarak dengan kemajuan zaman. Hal ini tentu menjadi gejala psikologis dalam diri santri yang tadinya dapat mengakses teknologi dan dunia luar dengan bebas, terlebih lagi

³ John W. Santrock, *Perkembangan Remaja*, terj. Shinto B. Adelar dan Sherly Saragih, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2003), 10.

bagi santri tahun pertama yang masih beradaptasi dengan pola kehidupan tersebut.

Lebih lagi santri biasanya mengalami *culture shock* (perasaan tidak nyaman atau terkejut dengan lingkungan dan budaya baru yang berbeda dengan lingkungannya sebelumnya) dikarenakan mereka harus terpisah dengan orang tua. Santri juga harus mandiri di pesantren, tentu situasi ini bukan sesuatu yang gampang dijalankan oleh para santri yang memiliki latar belakang sangat mampu dan terbiasa dilayani. Dalam masa adaptasi tersebut tentu banyak kesulitan-kesulitan yang dialami santri.⁴ Dalam penulisan lain dijelaskan menunjukkan bahwasanya level tekanan mental anak muda berkaitan cukup besar dengan kecakapan menyesuaikan diri di lingkungan pesantren. Semakin berat tingkat stres yang dialami oleh santri, maka semakin sulit juga kondisinya untuk beradaptasi.⁵

Uraian sebelumnya mengindikasikan bahwa remaja perempuan yang tinggal di pesantren membutuhkan daya tahan yang kuat dalam menjalankan peran gandanya di pesantren di samping menjalani proses penyesuaian diri di pesantren. Tahapan adaptasi yang optimal dalam menghadapi hambatan dan kesulitan berbekal keteguhan niat, secara psikologis hal ini dikenal sebagai ketahanan mental. Ketahanan diri merupakan kapasitas yang dikuasai oleh seseorang guna menjaga kapasitas diri agar tetap mampu berperan secara efektif dalam menanggapi tantangan hidup. Ketangguhan mental juga adalah kapasitas

⁴ Abdul Mu'ti dkk, "Psikologi Santri (Analisis) Proses Adaptasi dan Penyesuaian Diri Santri Indonesia", *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 12, no. 02, (2023): 1732.

⁵ Nur Alvira Bau dkk, "Hubungan Tingkat Stres Remaja dengan Kemampuan Beradaptasi di Asrama Pondok Pesantren Sabrun Jamil", *Jambura Journal of Epidemiology*, 1, no. 1, (2022): 34.

untuk tetap tegar, menyesuaikan diri, serta kecakapan individu dalam merespon serta menyelesaikan permasalahan yang ada dalam hidupnya.⁶ Berangkat dari pemaparan tersebut keberhasilan santri putri remaja tahun pertama di pesantren dalam menghadapi kesulitan dan tantangannya pada proses menyesuaikan diri dengan kehidupan pesantren dan peran gandanya sebagai santri dan siswa, ini mengindikasikan siswa pondok mempunyai ketangguhan pribadi yang tinggi.

Berdasarkan mini riset yang dilakukan penulis dengan pengurus di pondok tersebut, tidak jarang santri remaja yang *boyong* (keluar dari pondok) dengan alasan yang cukup variatif, salah satunya adalah tidak betah berada di pondok. Fakta tersebut tentu juga menjadi indikasi adanya resiliensi diri yang rendah serta menjadi pertanyaan besar bagi penulis mengapa resiliensi diri rendah tetap ada pada beberapa santri di pesantren yang notabene sarat dengan ajaran-ajaran agama dan proses penguatan spiritualitas dan religiusitas manusia. Seharusnya proses penguatan religiusitas di pesantren dapat mempengaruhi resiliensi diri santri, sebagaimana penulisan yang dilakukan oleh Isrida dkk mengindikasikan bahwa keimanan berhubungan erat dengan ketangguhan mental, maka dari itu keimanan bisa menjadi kekuatan dari dalam yang dapat diasah oleh pribadi sebagai cara untuk memperkuat ketahanan mental. Tetapi pada praktiknya, masih ada siswa pondok yang gagal bertahan karena kesulitan menghadapi rintangan dan adaptasi.

Berdasarkan permasalahan itu, penulis ingin memahami kapasitas ketangguhan pribadi remaja tahun pertama di pondok. Penulis juga tertarik untuk

⁶ Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologi*, (Jakarta: Kencana, 2018), 22.

mencari faktor-faktor pendukung resiliensi diri santri agar nantinya faktor tersebut dapat diaplikasikan dan diterapkan kepada santri-santri tahun pertama yang memiliki resiliensi diri rendah. Penulisan ini difokuskan kepada santri putri remaja awal pada pondok pesantren Nurul Ummah Putri Yogyakarta yang besekolah di SMP Darusaalam.

Pada riset ini, ada beberapa alasan akademik yang penulis kemukakan. *Pertama*, kajian psikologis terhadap resiliensi diri santri di pesantren cukup banyak, namun yang memfokuskan pada santri remaja tahun pertama di pesantren sebagai obyek penelitian belum ditemukan oleh penulis. Melalui penulisan ini, nantinya diharapkan menjadi pemicu yang baik sebagai upaya untuk membangkitkan resiliensi diri santri tahun pertama di pesantren.

Kedua, sebagaimana telah disinggung, pola kehidupan pesantren yang ketat juga dapat memicu problem-problem psikologis pada santri yang memiliki resiliensi diri rendah. Penulisan ini secara signifikan berusaha untuk mengetahui berbagai faktor yang memantik problem psikologis santri yang disebabkan oleh resiliensi diri yang rendah pada santri remaja tahun pertama di pondok. Sehingga pada akhirnya penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan yang kredibel untuk menyikapi berbagai persoalan yang disebutkan. Lebih lagi sebuah penulisan menyebutkan bahwa kegagalan santri dalam menyesuaikan diri di pesantren akan mempengaruhi semangat dan konsentrasi belajar mereka.

Ketiga, menemukan relevansi ilmu psikologi dengan pola kehidupan ala pesantren. Penulis bermaksud menegaskan bahwa kajian psikologis dewasa ini semakin mendesak untuk diwacanakan lebih masif. Dewasa ini, persoalan

psikologis seperti isu-isu mengenai *mental health*, *mental illness* dan sebagainya marak diperbincangkan dan didiskusikan. Pesantren, sebagai komunitas sosial yang membatasi diri dengan dunia luar yang bebas menjadi objek yang menarik untuk dikaji secara psikologis, sehingga ilmu psikologi tetap menemukan relevansinya di dalam kehidupan pesantren.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tadi, maka dari itu fokus masalah penulisan ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana bentuk-bentuk kemampuan resiliensi diri santri remaja pada tahun pertama di pondok pesantren Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta?
2. Apa faktor-faktor pendukung yang mempengaruhi resiliensi santri remaja di pondok pesantren Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta?

C. Tujuan dan Signifikansi Penulisan

1. Tujuan Penelitian
 - a. Guna mencari tahu kemampuan resiliensi santri remaja di pondok pesantren Nurul Ummah Yogyakarta
 - b. Untuk mencari tahu faktor-faktor pendukung yang mempengaruhi resiliensi santri remaja di pondok pesantren Nurul Ummah Yogyakarta.

2. Signifikansi Penulisan

- a. Signifikansi Teoritis

Tulisan ini diharapkan dapat menambah khazanah keilmuan dalam bidang psikologi pendidikan, terutama di kehidupan pesantren. Selain itu penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi pada

penelitian berikutnya seputar psikologi pesantren dan kondisi kejiwaan para santri di pesantren, sehingga ilmu psikologi menemukan relevansinya di dunia pesantren secara lebih mendalam.

b. Signifikansi Praktis

- 1) Tulisan ini memberikan wawasan pada santri atau pelajar yang mengenyam pendidikan di pesantren sekaligus pendidikan formal tentang pentingnya membangun resiliensi diri dalam menjalankan tugas-tugas mereka. Hal tersebut diharapkan mampu memberikan gambaran bagaimana resiliensi diri itu bekerja dan membentuk ketahanan mereka dalam menghadapi kesulitan.
- 2) Untuk para pendidik, tulisan ini diharapkan mampu membuka kesadaran lebih luas lagi tentang bagaimana memahami kondisi psikologis atau bahkan kondisi tertentu peserta didik saat mengalami kesulitan serta dapat memberikan gambaran tentang bagaimana meningkatkan resiliensi diri murid yang rendah.
- 3) Tulisan ini juga diharapkan dapat memberikan gambaran tentang resiliensi diri santri di pesantren, sehingga pihak pesantren dapat membantu memberikan tindakan pada santri-santri dengan resiliensi diri rendah melalui faktor-faktor pendukung yang akan dipaparkan di dalam penulisan ini.

D. Kajian Pustaka

Studi yang terkait dengan resiliensi telah banyak dilakukan serta di temukan di lapangan, baik yang dilakukan oleh penulis, akademisi maupun

berbagai organisasi dan perguruan tinggi. Sehingga guna mendukung penelaahan yang komprehensif dan mengetahui posisi penelitian penulis, penulis berusaha menyajikan dan melakukan kajian terhadap penulisan-penelitian terkait topik yang relevan. Berikut ini adalah beberapa sumber maupun judul penulisan terkait judul penulisan yang akan diteliti oleh penulis.

Beberapa penulisan terkait dengan metode kualitatif yang berhubungan dengan resiliensi;

Selanjutnya penulisan yang berjudul Resiliensi Santri Penghafal Al-Qur'an di Madrasah Tahfidz Pesantren Al-Munawwir Krapyak Yogyakarta yang ditulis oleh Dewi Khurun Aini⁷. Penelitian Dewi menghasilkan temuan bahwa resiliensi santri penghafal Al-Qur'an dipengaruhi oleh dua faktor eksternal dan internal. Kepribadian, emosi positif, dan motivasi menempati faktor internal. Sedangkan pola pengasuhan keluarga dan pihak pesantren serta dukungan baik sosial, lingkungan, teman sebaya maupun komunitas menempati posisi faktor eksternal. Perbedaannya, penulisan Dewi berfokus pada santri penghafal Al-Qur'an, sedangkan penulisan ini berfokus pada santri remaja tahun pertama. Kebaruannya, penulisan ini secara spesifik menyoroti proses adaptasi dan resiliensi santri baru dalam menghadapi masa transisi awal kehidupan pesantren, yang belum banyak dikaji secara mendalam.

Meskipun sama-sama mengkaji tentang santri, namun spesifikasinya berbeda. Jika penelitian Dewi berfokus pada santri penghafal Al-Qur'an,

⁷ Dewi Khurun Aini, “ *Resiliensi Santri Penghafal Al-Qur'an di Madrasah Tahfidz Pesantren Al-Munawwir Krapyak Yogyakarta*”, dalam *tesis*, (Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada, 2012)

penulis di sini fokus pada santri baru. Selain itu, meskipun sama-sama penulisan kualitatif, namun pendekatannya berbeda. Penulisan Dewi menggunakan pendekatan fenomenologi sedangkan penulis di sini menggunakan studi kasus.

Penulisan selanjutnya ditulis oleh Ayu Rahmawati⁸ dengan judul Resiliensi Santri Korban *Sexual Harrasment* Oleh Pengasuh (Analisis Dampak Psikologis Perempuan dalam Bingkai Pesantren dan *Stereotype* Patriarki). Penulisan ini menghasilkan simpulan bahwa terdapat dua jenis santri akibat dari peristiwa tersebut, yaitu santri dengan resiliensi tinggi sehingga mudah bangkit dengan menanamkan nilai positif dan santri yang penuh kekecewaan sehingga mengarahkannya kepada hal-hal negatif.

Penulisan tersebut sama dengan yang ingin dilakukan penulis yaitu menggali resiliensi tetapi subjek informannya berbeda. Penulisan Ayu fokus pada santri dengan status korban *Sexual Harrasment* Oleh Pengasuh, sedangkan penulis ingin mengkaji tentang santri baru. Spesifikasi yang cukup sederhana tetapi sejatinya santri baru memiliki problem-problem baru yang harus mereka hadapi sehingga menggali resiliensi mereka tidak kalah pentingnya.

Penulisan selanjutnya ditulis oleh Alifatul Jannah⁹ dengan judul Upaya Meningkatkan Resiliensi Penghafal Al-Qur'an di Islamic Boarding School Darul Ilmi Man Demak (Analisis Bimbingan dan Konseling Islam). Penulisan

⁸ Ayu Rahmawati, "Resiliensi Santri Korban *Sexual Harrasment* Oleh Pengasuh (Analisis Dampak Psikologis Perempuan dalam Bingkai Pesantren dan *Stereotype* Patriarki)," *Aflah Consilia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1, no. 2 (2003), 73.

⁹ Alifatul Jannah. "Upaya Meningkatkan Resiliensi Penghafal Al-Qur'an Di Islamic Boarding School Darul Ilmi Man Demak (Analisis Bimbingan dan Konseling Islam)" dalam Skripsi (UIN Walisongo Semarang 2021).

kualitatif ini menghasilkan temuan yang tersusun dalam beberapa poin, yaitu bimbingan individu, bimbingan kelompok, motivasi, melaksanakan kegiatan keagamaan (melaksanakan sholat berjamaah, salat malam, puasa sunnah, serta mengikuti kajian kitab *ta'lim muta'alim*), sekaligus menjalin komunikasi yang baik dengan santri dan orang tua wali, serta membangun lingkungan yang mendukung dalam proses menghafal Al-Qur'an.

Penulisan Alifatul juga mengkaji tentang santri dan resiliensinya. Namun subjeknya adalah santri penghafal Al-Qur'an bukan santri baru. Selain itu yang ia telaah adalah upaya dalam meningkatkan resiliensi mereka, sedangkan dalam penelitian penulis yang akan dikaji ialah mencoba menggali resiliensi diri santri baru dan apa yang menjadi faktor-faktornya. Kebaruan terletak pada eksplorasi mendalam terhadap faktor internal dan eksternal yang membentuk resiliensi santri pada fase awal tinggal di pesantren tanpa adanya perlakuan khusus atau program peningkatan resiliensi.

Penulisan terkait topik sejenis selanjutnya berjudul *Bimbinagn Spiritual dalam Membentuk Resiliensi Santri Penyalahgunaan Narkoba di Yayasan Pusat Rehabilitasi Madani Mental Health Care Jakarta Timur* yang ditulis oleh Merliana Afiyati.¹⁰ Merliana menemukan hasil bahwa aktivitas-aktivitas yang dijalankan di yayasan tersebut mampu membentuk resiliensi diri santri yang menyalahgunakan narkoba dalam menghadapi tekanan hidup dan berproses

¹⁰ Merlina Afiyati, '*Bimbinagn Spiritual dalam Mmembentuk Resiliensi Santri Penyalahgunaan Narkoba di Yayasan Pusat Rehabilitasi Madani Mental Health Care Jakarta Timur*', dalam *skripsi* (Jakarta : UIN Syarif Hidayatullah, 2020).

lebih baik lagi. Aktivitas-aktivitas tersebut yaitu, *sirah nabawiyah*, *muhadharah*, *muhasabah*, praktik-praktik ibadah, dan tafsir tematik.

Penulisan ini fokus pada intervensi spiritual dalam membangun resiliensi santri korban penyalahgunaan narkoba, sedangkan penulisan ini menelaah santri yang berstatus baru dan tidak memiliki latar belakang adiksi. Kebaruan dari penulisan ini terletak pada subjek yang berbeda dan konteks resiliensi yang lebih umum namun kompleks, yakni adaptasi awal terhadap kehidupan pesantren.

Tulisan selanjutnya dari Aghwa Nurul Aeni ¹¹ dengan judul Pengembangan Life Skill Dalam Meningkatkan Resiliensi Santri Di Pondok Pesantren Miftahul Huda Pesawahan Kec. Rawalo Kab. Banyumas. Studi kualitatif ini menemukan bahwa usaha yang dijalankan oleh lembaga pesantren Miftahul Huda Pesawahan dalam memperkuat daya tahan santri dilakukan melalui kemampuan pribadi, keterampilan sosial, kemampuan kejuruan, serta keterampilan akademis.

Studi ini juga menitikberatkan pada pembinaan keterampilan hidup sebagai langkah untuk memperkuat daya tahan mental santri. Sedangkan yang akan dikaji oleh penulis di sini adalah menggali faktor-faktor yang membuat santri baru memiliki resilien tinggi dan santri-santri yang memiliki resilien rendah. Sehingga pesantren dapat mengetahui upaya-upaya apa yang dapat dilakukan agar santri baru memiliki resilien tinggi di pesantren. Fokus penulisan

¹¹ Aghwa Nurul Aeni, “*Pengembangan Life Skill Dalam Meningkatkan Resiliensi Santri Di Pondok Pesantren Miftahul Huda Pesawahan Kec. Rawalo Kab. Banyumas*”, dalam *Skripsi*, (Purwokerto: UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri, 2023).

Aghwa pada pengembangan keterampilan hidup, sedangkan penulisan ini menelaah faktor-faktor pembentuk resiliensi santri baru. Kebaruan dari penulisan ini adalah pada usaha menggali bentuk resiliensi alamiah santri serta mengelompokkan tingkat resiliensinya (tinggi dan rendah) berdasarkan pengalaman tahun pertama di pesantren.

Selanjutnya penulis juga mencantumkan beberapa penulisan dengan jenis penulisan kuantitatif yang masih relevan dan memiliki persamaan variabel dengan yang akan diteliti oleh penulis;

Tulisan selanjutnya berjudul Dukungan Sosial terhadap Resiliensi pada Santri di Makassar, ditulis oleh Wahyuliani Safitri Ibrahim, Musawwir, dan Syahrul Alim. Uji normalitas yang dilakukan pada penulisan ini menghasilkan distribusi normal dengan signifikansi $p > 0,05$, sedangkan hasil uji linieritas menunjukkan data linier dengan nilai $p > 0,05$. Selanjutnya hasil dari uji hipotesis menunjukkan signifikansi dengan nilai $0,000$ ($p < 0,05$) dengan 23,3% kontribusi besar. Penulisan ini menghasilkan kesimpulan bahwa dukungan sosial berpengaruh secara signifikan dengan resiliensi pada santri pondok pesantren di Makassar. Semakin besar dukungan sosial maka semakin tinggi resiliensi mereka.

Penulisan ini kuantitatif dengan variabel spesifik dukungan sosial. Sementara penulisan ini bersifat kualitatif eksploratif, menggali berbagai faktor resiliensi santri baru termasuk tetapi tidak terbatas pada dukungan sosial. Kebaruan ada pada pendekatan holistik dan konteks santri pemula.

Riset selanjutnya dengan judul Hubungan Tawakkal dan Resiliensi pada Pelajar Muda Penghafal Al-Qur'an di Yogyakarta dilaksanakan oleh Ardina Shulhah Putri dan Qurotul Uyun.¹² Temuan analisis memperlihatkan nilai korelasi antara tawakkal dan resiliensi sebesar 0,33 dengan tingkat signifikansi 0,00 ($p < 0,05$). Hasil tersebut mengindikasikan korelasi positif yang bermakna antara kedua variabel tersebut, yakni tawakkal dan resiliensi. Artinya tingkat tawakkal informan berbanding lurus dengan resiliensinya. Adapun prosentase tawakkal yang memberikan sumbangan terhadap proses untuk meningkatkan resiliensi adalah 11.15%.

Penulisan ini hanya menyoroti hubungan antara satu aspek religius (tawakkal) dan resiliensi. Penulisan ini lebih luas, menggali berbagai faktor resiliensi dari sudut pandang pengalaman pribadi santri baru. Kebaruannya adalah penyelidikan mendalam terhadap proses resiliensi di masa adaptasi awal, bukan hanya korelasi variabel.

Wulida Ailul Ilmiati dan Lailatuzzahro Al-Akhda Aulia¹³ juga menulis tentang resiliensi dengan judul Peran Regulasi Diri terhadap Resiliensi Santri Tahfidz. Penulisan tersebut memperoleh nilai F sebesar 182,971 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Temuan riset memperlihatkan bahwa pengaturan diri memiliki dampak yang berarti terhadap ketahanan mental santri tahfidz, dengan pengaturan diri memberikan kontribusi sebesar 8% pada ketahanan mental

¹² Ardina Shulhah Putri, Qurotul Uyun. "Hubungan Tawakkal dan Resiliensi pada Santri Remaja Penghafal Al-Qur'an di Yogyakarta," *Jurnal Psikologi Islam*, 4, No. 1 (2017): 77-87.

¹³ Wulida Ailul Ilmiati dan Lailatuzzahro Al-Akhda Aulia. "Peran Regulasi Diri terhadap Resiliensi Santri Tahfidz," *Innovative: Journal of Social Science Research*, 4, no. 1 (2024): 7132-7139.

tersebut. Penulisan ini bersifat kuantitatif dan berfokus pada regulasi diri. Perbedaan penulisan ini adalah pendekatan kualitatif serta subjek santri baru yang belum terbiasa dengan sistem pondok. Kebaruannya terletak pada eksplorasi pengalaman subjektif santri dalam membentuk regulasi dan resiliensi secara alami.

Riset berikutnya dengan judul Pengaruh Ketahanan Akademik dan Motivasi Belajar terhadap Keterlibatan Siswa pada Santri Mukim di Pondok Pesantren Nurul Islam Karangcempaka Sumenep dibuat oleh Roziana Amalia dan Wiwin Hendriani.¹⁴ Berdasarkan pengujian hipotesis dengan nilai signifikansi 0,000 ($<0,05$), maka hipotesis alternatif diterima, menunjukkan adanya pengaruh yang berarti antara ketahanan akademik dan dorongan belajar pada keterlibatan siswa. Koefisien determinasi sebesar 0,378 memperlihatkan bahwa persentase kontribusi variabel bebas terhadap variabel terikat adalah 37,8%, sementara selebihnya 63,2% dipengaruhi oleh faktor lain. Koefisien korelasi sebesar 0,615 menunjukkan hubungan yang kuat antara kedua variabel bebas dengan keterlibatan siswa. Penulisan ini fokus pada keterlibatan siswa dari sisi akademik dan motivasi. Sedangkan penulisan ini menitikberatkan pada ketahanan secara umum (psikososial) dalam masa awal beradaptasi. Kebaruan terletak pada aspek pengalaman keseharian santri pemula, bukan hanya dimensi akademik.

¹⁴ Roziana Amalia dan Wiwin Hendriani, "Pengaruh Resiliensi Akademik dan Motivasi Belajar Terhadap *Student Engagement* Pada Santri Mukim di Pondok Pesantren Nurul Islam Karangcempaka Sumenep," *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, Vol. 6, 2017.

Habibiyu Furqon¹⁵ juga meneliti topik terkkait dengan judul Resiliensi Ditinjau dari Pola Asuh Pada Santri MTs di Pesantren Al-Kautsar Al-Akbar Medan. Ditemukan variasi ketahanan yang berarti berdasarkan gaya asuh orang tua terhadap santri, dengan nilai $F = 139,622$; $p = 0,00 < 0,05$. Berdasarkan data ini, maksudnya hipotesis yang menyatakan terdapat perbedaan ketahanan berdasarkan pola asuh orang tua, dengan anggapan bahwa anak muda yang diasuh secara demokratis memiliki ketahanan yang lebih baik dibandingkan dengan anak muda yang diasuh secara permisif dan otoriter, disetujui. Penulisan ini membandingkan pola asuh terhadap tingkat resiliensi. Penulisan ini tidak mengukur pengaruh pola asuh, tetapi menggali pengalaman individu. Kebaruannya yaitu pada fokus terhadap tantangan masa awal tinggal di pesantren dan bagaimana faktor internal dan lingkungan pondok membentuk ketahanan diri.

Dwi Nurhayati¹⁶ dengan penulisannya yang berjudul Pengaruh Religiusitas Terhadap Resiliensi Santri Khidmah Studi Kasus Generasi Xvi Pondok Pesantren Islamic Centre Bin Baz Yogyakarta. Temuan dari analisis itu dijelaskan oleh adanya dampak positif dari tingkat religius terhadap ketahanan mental santri khidmah. Koefisien determinasi sebesar 0,127 berarti 12,7% perubahan ketahanan mental tersebut dipengaruhi oleh tingkat religiusitas. Penulisan ini melihat hubungan religiusitas dan resiliensi pada santri yang sudah

¹⁵ Habibiyu Furqon, "*Resiliensi Ditinjau dari Pola Asuh Pada Santri MTs di Pesantren Al-Kautsar Al-Akbar Medan*", dalam Skripsi (Medan: Universitas Medan Area, 2021).

¹⁶ Dwi Nurhayati, "*Pengaruh Religiusitas Terhadap Resiliensi Santri Khidmah Studi Kasus Generasi Xvi Pondok Pesantren Islamic Centre Bin Baz Yogyakarta*", Dalam Skripsi (Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, 2021).

lama tinggal dan menjalankan khidmah. Penulisan ini berbeda karena subjeknya santri baru yang sedang menjalani masa transisi. Kebaruannya adalah pada konteks fase awal tinggal yang rawan tekanan dan krisis penyesuaian diri.

Penulisan selanjutnya berjudul Hubungan Antara Kelekatan pada Orang Tua Dengan Resiliensi Santri Pondok Pesantren di Kota Pekanbaru ditulis oleh Novika.¹⁷ Berdasarkan studi tersebut ditemukan korelasi positif yang berarti antara kedekatan dengan orang tua dan ketahanan mental santri di lembaga pesantren di Pekanbaru. Makin kuat kedekatan dengan orang tua, maka makin meningkat ketahanan mental santri di pesantren tersebut. Fokus penulisan pada hubungan dengan orang tua. Sementara itu, penulisan ini lebih luas menggali seluruh dinamika yang memengaruhi pembentukan resiliensi, termasuk dukungan sosial, emosi, spiritualitas, dan adaptasi lingkungan pondok. Kebaruannya terletak pada penelaahan multi faktor dari pengalaman aktual santri.

Maya Hillary Bella Vista¹⁸ dengan penulisannya yang berjudul Pengaruh *School Engagement* dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Santri di Pondok Pesantren Baitussalam Bogor penulisan ini memperoleh hasil bahwa terdapat dampak yang berarti dari keterlibatan sekolah dan dukungan sosial terhadap ketahanan. Temuan dari pengujian hipotesis memperlihatkan tiga faktor yang berpengaruh secara berarti, yakni keterlibatan emosional,

¹⁷ Novika, "Hubungan Antara Kelekatan pada Orang Tua Dengan Resiliensi Santri Pondok Pesantren di Kota Pekanbaru". dalam Skripsi (Pekanbaru: Universitas Islam Riau, 2022)

¹⁸ Maya Hillary Bella Vista, "Pengaruh *School Engagement* dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Santri di Pondok Pesantren Baitussalam Bogor", dalam skripsi (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2018).

keterlibatan kognitif, dan dukungan informasi. Penulisan ini fokus pada aspek keterlibatan sekolah dan dukungan sosial sebagai prediktor resiliensi. Perbedaan utamanya adalah pada pendekatan dan konteks: penulisan ini menggali pengalaman santri baru tahun pertama secara mendalam. Kebaruannya adalah penekanan pada krisis penyesuaian diri santri baru dan bagaimana resiliensi terbentuk dalam konteks tersebut.

Penulisan berikutnya berjudul Pengaruh Religiusitas terhadap Resiliensi pada Santri Pondok Pesantren ditulis oleh Savira Annisa Putri Suprpto.¹⁹ Temuan dari studi Savira mengindikasikan keberadaan dampak positif yang berarti antara tingkat keagamaan dan ketahanan mental dengan nilai $p = 0,000$. Temuan ini menjelaskan bahwa hipotesis dalam studi ini disetujui, yaitu santri pesantren dengan tingkat religiusitas tinggi memiliki ketahanan mental yang tinggi, dan sebaliknya, jika tingkat keagamaan rendah, maka ketahanan mental juga rendah. Sumbangan religiusitas terhadap ketahanan mental mencapai 74,1% ($r^2=0,741$), sementara sisanya 25,9% dipengaruhi oleh faktor lain di luar yang dianalisis dalam studi ini. Penulisan ini membuktikan pengaruh religiusitas secara kuantitatif. Sedangkan penulisan ini menggali lebih luas berbagai faktor pendukung resiliensi pada santri baru. Kebaruannya adalah pendekatan fenomenologis terhadap dinamika individu secara menyeluruh, bukan uji korelasi antar variabel.

Jurnal ilmiah dengan judul Religiusitas, Regulasi Emosi dan Resiliensi Santri selama Pandemi COVID-19 dengan Dukungan Sosial sebagai Variabel Mediator yang disusun oleh Dyan Evita Santi, Isrida Yul Arifiana, dan Fauzul

¹⁹ Savira Annisa Putri Suprpto, "Pengaruh Religiusitas terhadap Resiliensi pada Santri Pondok Pesantren," *Cognicia*, 8, no. 1 (2020): 69-78.

Adim Ubaidillah.²⁰ Temuan studi ini mengindikasikan bahwa tingkat keagamaan dan pengelolaan emosi berhubungan erat dan bermakna dengan ketahanan mental, sehingga keduanya bisa menjadi aset yang dapat diasah oleh individu sebagai usaha memperkuat ketahanan mental di masa pandemi COVID-19. Konteks penulisan ini adalah masa pandemi COVID-19. Sedangkan penulisan ini fokus pada konteks masa awal tinggal di pesantren secara umum. Kebaruan terletak pada penelaahan resiliensi santri tanpa pengaruh pandemi dan dengan fokus pada tahun pertama masa tinggal.

Jurnal ilmiah terkait juga ditulis oleh Suryatiningsih, Lely Ika Mariyati, dan Eko Hardi Ansyah.²¹ Studi mereka dengan judul Ketahanan Mental, Tingkat Keagamaan, dan Kesejahteraan Psikologis Santri mengungkapkan bahwa hasil analisis data mengindikasikan hipotesis penulisan disetujui. Nilai $F=63,899$ dan $p=0,000$ mengindikasikan hubungan positif secara bersamaan antara ketahanan mental dan tingkat keagamaan terhadap kesejahteraan psikologis dengan korelasi yang erat. Variabel ketahanan mental maupun tingkat keagamaan secara individual juga berkorelasi dengan kesejahteraan psikologis. Kedua variabel tersebut bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 30,7%, dan klasifikasi kesejahteraan psikologis santri mayoritas berada pada tingkat sedang sebesar 40% dan tinggi sebesar 31%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa

²⁰ Dyan Evita Santi dkk., "Religiusitas, Regulasi Emosi dan Resiliensi Santri selama Pandemi COVID-19 dengan Dukungan Sosial sebagai Variabel Mediator," *Brilliant: Jurnal Riset dan Konseptual*, 7 no. 1 (2022): 123.

²¹ Suryatiningsih dkk., "Resiliensi Religiusitas dan *Psychological Well-Being* pada Santri" *G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8 no. 2, (2024):889-902.

ketahanan mental dan tingkat keagamaan secara bersamaan dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis para santri.

Penulisan ini mengaitkan resiliensi dan religiusitas dengan kesejahteraan psikologis. Sementara penulisan ini menggali faktor pembentuk resiliensi sejak awal santri tinggal di pesantren. Kebaruannya adalah fokus pada kondisi dasar pembentukan resiliensi bukan sebagai hasil dari kesejahteraan, melainkan sebagai proses awal adaptasi.

Laesa Diniaty dengan penulisan kuantitatifnya juga mengkaji topik terkait dengan judul Resiliensi Santri Pondok Pesantren Modern Al-Muwahhidin Lelede Kediri Lombok Barat NTB di Era Covid-19.²² Hasil penulisan ini mengungkapkan adanya hambatan ketahanan psikologis yang dialami oleh peserta akibat pandemi Covid-19, seperti masalah fisik dan mental. Meski menghadapi tantangan tersebut, peserta mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitar sehingga proses peningkatan ketahanan psikologis dapat berlangsung dengan baik. Penulisan ini menyoroti hambatan ketahanan saat pandemi. Penulisan ini berbeda konteks karena melihat resiliensi dalam situasi normal, tetapi saat krisis adaptasi awal. Kebaruannya terletak pada penekanan terhadap fase rentan dalam kehidupan santri, yaitu tahun pertama.

Penulisan selanjutnya berjudul Resiliensi Santri: Bagaimana Peran Religious Coping menghadapi Quarter Life Crisis ? ditulis oleh Belva Artanti

²² Laesa Diniaty, *“Resiliensi Santri Pondok Pesantren Modern Al-Muwahhidin Lelede Kediri Lombok Barat NTB di Era Covid-19,”* dalam tesis (Yogyakarta: uin sunan Kalijaga, 2022.)

Suryadiningrum, Sayidah, Aulia UI Haques, dan Sehat Saragih.²³ Melalui studi tersebut mereka memperoleh hasil bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara *coping religius* dengan ketahanan pada santri di pondok pesantren. Sebaliknya, apabila *coping religius* rendah maka tingkat ketahanan santri pondok pesantren juga rendah, yang membuktikan bahwa hipotesis yang diajukan penulis diterima. Penulisan ini membahas coping religius secara kuantitatif. Penulisan ini menggali berbagai strategi coping dan faktor pembentuk resiliensi santri baru secara kualitatif. Kebaruan terletak pada pendekatan mendalam terhadap cara-cara santri membentuk ketahanan diri sejak hari pertama tinggal di lingkungan pesantren.

Nur Hidayah²⁴ juga melakukan penulisan dengan topik "Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Spiritualitas terhadap Resiliensi Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Madrosatul Qur'anil Aziziyah Bringin Semarang" menghasilkan nilai F hitung sebesar 20,383, yang lebih besar dari F tabel yaitu 3,17. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya dan spiritualitas memiliki pengaruh signifikan terhadap resiliensi mahasiswa. Hasil uji t untuk variabel dukungan sosial teman sebaya menunjukkan nilai t hitung sebesar 3,097, lebih besar dari t tabel 1,674, yang berarti variabel tersebut berpengaruh signifikan terhadap resiliensi mahasiswa.

²³ Belva Artanti Suryadiningrum dkk., "Resiliensi Santri : Bagaimana peran Religious Coping menghadapi Quarter Life Crisis ?," *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 1, no. 1, (2023): 201-207.

²⁴ Nur Hidayah, "Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Spiritualitas Terhadap Resiliensi Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Madrosatul Qur'anil Aziziyah Bringin Semarang," Dalam skripsi (Semarang: UIN Walisongo Semarang, 2021)

Sedangkan untuk variabel spiritualitas, nilai t hitung adalah 3,404, juga lebih besar dari t tabel 1,674, sehingga dapat disimpulkan bahwa spiritualitas juga memiliki pengaruh signifikan terhadap resiliensi mahasiswa.

Penulisan Nur Hidayah bersifat kuantitatif dan berfokus pada pengaruh dua variabel spesifik—dukungan sosial teman sebaya dan spiritualitas—terhadap resiliensi mahasiswa penghafal Al-Qur'an. Penulisan ini menggunakan pendekatan statistik inferensial dengan uji F dan uji t untuk menguji signifikansi hubungan antar variabel.

Perbedaan penulisan ini dengan penulisan Nur Hidayah terletak pada pendekatan, subjek, dan fokus. Penulisan Nur Hidayah berfokus pada mahasiswa penghafal Al-Qur'an, sedangkan penulisan ini fokus pada santri remaja tahun pertama yang sedang mengalami masa transisi dan penyesuaian diri di lingkungan pesantren. Pendekatannya pun berbeda: penulisan ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis, bukan kuantitatif.

Kebaruan dari penulisan ini adalah pada eksplorasi mendalam terhadap pengalaman personal dan dinamika psikologis santri baru dalam membentuk resiliensi secara alami. Penulisan ini tidak hanya menyoroti dua variabel spesifik, tetapi menggali berbagai faktor pendukung resiliensi, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan pondok pesantren, sehingga memberikan pemahaman yang lebih luas dan kontekstual.

Dari penulisan kuantitatif yang telah diuraikan di atas terdapat banyak perbedaan dengan permasalahan yang ingin dikaji oleh penulis. Adapun perbedaannya pertama, penelitian-penelitian di atas bersifat kuantitatif. Tentu

saja jenis penelitian dan metode yang digunakan berbeda dengan yang akan digunakan oleh penulis, karena penulis menggunakan jenis penulisan kuantitatif dengan pendekatan studi kasus. Kedua, terdapat variabel yang serupa dengan yang akan diteliti oleh penulis yaitu resiliensi. Akan tetapi variabel lain yang menjadi korelator penelitian-penelitian di atas bukan santri remaja tahun pertama di pesantren. Sehingga tentu saja masih terdapat celah dan ruang bagi penulis untuk memberikan sumbangsi penulisan baru di dunia akademik.

E. Kerangka Teoritis

1. Pengertian dan Komponen Resiliensi

Reivich dan Shatté menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu untuk mengatasi, beradaptasi, dan bangkit kembali dari kesulitan atau tekanan hidup. Mereka memandang resiliensi bukan sebagai sifat bawaan, melainkan sebagai keterampilan psikologis yang dapat dikembangkan. Dalam kerangka ini, strategi koping menjadi bagian penting yang mendukung pembentukan resiliensi, karena membantu individu merespons stres secara efektif. Menurut mereka ada tujuh komponen domain resiliensi.²⁵

a. *Emotion regulation* (regulasi emosi). Regulasi emosi adalah kemampuan individu untuk tetap tenang dalam menghadapi segala sesuatu yang menekan. Sebuah penulisan menunjukkan individu yang kurang mampu mengatur emosinya akan kesulitan dalam membangun

²⁵ Karen Reivich dan Andrew Shatte, *The Resilience Factor: Seven Essential Skill For Overcoming Life's Inevitable Obstacle*, 9New York: Random House, 2022), 3.

hubungan dengan sekitarnya. Ada dua keterampilan yang dapat membantu individu dalam meregulasi diri; *calming* dan *focusing*. *Calming* adalah kemampuan untuk meningkatkan kontrol diri terhadap respon tubuh dan pikiran ketika berhadapan dengan masalah atau stres melalui relaksasi. *Focusing* merupakan keterampilan untuk fokus agar dapat menemukan solusi dari setiap masalah yang dihadapi.

- b. *Impuls control* (pengendalian impuls). Pengendalian impuls merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan serta tekanan yang biasanya muncul di dalam dirinya. Kemampuan pengendalian impuls yang rendah akan membuat individu cepat mengalami perubahan emosi ketika berhadapan dengan berbagai masalah atau stimulus lingkungan yang lain.
- c. *Optimisme*. Individu yang resilien sangat erat kaitannya dengan optimisme. Komponen ini menandakan bahwa individu memiliki kemampuan kuat untuk menghadapi kemungkinan kesulitan yang ia hadapi di masa mendatang.
- d. *Casual analisis* (analisis kausal). Komponen ini merupakan kemampuan individu untuk mengetahui akar sebab dari permasalahan yang ia hadapi. Jika individu tidak memiliki kemampuan ini maka individu tersebut cenderung akan mengulangi masalah yang sama dan kesulitan untuk menemukan solusi permasalahannya.

- e. *Empathy* (empati). Aspek ini penting untuk dimiliki individu karena berkaitan dengan kemampuannya membaca kondisi emosional dan psikologis orang lain. Biasanya ketidakmampuan seseorang dalam berempati akan membuat kesulitan menjalin hubungan sosial.
- f. *Self efficacy* (efikasi diri).²⁶ Efikasi diri merepresentasikan keyakinan bahwa seseorang dapat menyelesaikan masalah yang dia alami. Efikasi diri merupakan faktor kognitif yang menentukan sikap seseorang saat berada dalam konflik atau tekanan. Dalam model resiliensi yang dikembangkan oleh Reivich dan Shatté, *self-efficacy* merupakan salah satu dari tujuh keterampilan inti pembentuk resiliensi yang paling berpengaruh. *Self-efficacy* didefinisikan sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengelola situasi, mengambil keputusan yang tepat, dan berhasil menyelesaikan tantangan yang dihadapi.
- Self-efficacy* memainkan peran penting dalam bagaimana seseorang menanggapi tekanan, mengelola tantangan, dan menentukan strategi koping yang digunakan. Individu dengan *self-efficacy* tinggi akan lebih percaya diri dalam mencari solusi, lebih gigih dalam menghadapi kegagalan, serta lebih berani mengambil risiko yang terukur. Sebaliknya, individu dengan *self-efficacy* rendah cenderung merasa tidak berdaya dan memilih strategi koping yang pasif atau

²⁶ Karen Reivich dan Andrew Shatte, *The Resilience Factor: Seven Essential Skill For Overcoming Life's Inevitable Obstacle*, 9New York: Random House, 2022), 3.

menghindar. Dalam konteks resiliensi, *self-efficacy* bertindak sebagai kekuatan internal yang mendorong individu untuk tetap bertahan dan bangkit kembali setelah mengalami tekanan. Keyakinan ini memperkuat penggunaan strategi koping yang efektif, baik yang bersifat *problem-focused* (mengatasi masalah secara langsung) maupun *emotion-focused* (mengatur respons emosional terhadap masalah).

Reivich dan Shatté²⁷ menekankan bahwa *self-efficacy* tidak hanya membantu seseorang mengatasi stres, tetapi juga menumbuhkan harapan dan keberanian untuk terus berusaha walaupun menghadapi hambatan. *Self-efficacy* juga memengaruhi persepsi terhadap stresor: ketika individu yakin mampu menghadapinya, maka stresor akan tampak lebih ringan dan dapat dikelola. Pada remaja, khususnya santri yang menghadapi berbagai tekanan di lingkungan pesantren, *self-efficacy* menjadi penentu utama dalam kemampuan mereka menyesuaikan diri dan bertahan. Santri dengan *self-efficacy* tinggi akan lebih mampu mengelola emosi, memotivasi diri, dan membentuk pola pikir positif, yang semuanya berkontribusi langsung terhadap ketahanan mental atau resiliensi. Dengan demikian, *self-efficacy* merupakan inti dari keterampilan resiliensi yang bersifat transformatif, karena memengaruhi tidak hanya bagaimana seseorang

²⁷ Karen Reivich dan Andrew Shatte, *The Resilience Factor: Seven Essential Skill For Overcoming Life's Inevitable Obstacle*, 9New York: Random House, 2022), 4.

merespons kesulitan, tetapi juga bagaimana ia mengembangkan kepercayaan diri jangka panjang untuk menghadapi kehidupan secara umum.

g. *Ketujuh, reaching out*. Resiliensi bukan hanya soal kekuatan seseorang dalam menghadapi dan menyikapi masalah melainkan kemampuan mereka untuk mencapai keberhasilan dan sesuatu yang positif pasca kemalangan, trauma, atau bahkan masalah yang menimpanya.

2. Strategi Koping dalam Kerangka Resiliensi Reivich & Shatté

Meskipun Reivich & Shatté²⁸ tidak secara eksplisit mengklasifikasikan jenis-jenis koping, keterampilan yang mereka uraikan menggambarkan berbagai bentuk strategi koping adaptif, antara lain:

- a. *Problem-focused coping: causal analysis, self-efficacy, realistic optimism*
- b. *Emotion-focused coping: emotional regulation, impulse control*
- c. *Social coping: empathy*
- d. *Approach-oriented coping: reaching out*

3. *Self Efficacy* Bandura dan Hubungannya dengan Resiliensi

Menurut Bandur²⁹ *self-efficacy* adalah keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya sendiri untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan dalam menghadapi situasi tertentu untuk mencapai hasil

²⁸ Karen Reivich dan Andrew Shatte, *The Resilience Factor: Seven Essential Skill For Overcoming Life's Inevitable Obstacle*, 9New York: Random House, 2022), 3.

²⁹ Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York, NY: W. H. Freeman.

yang diinginkan. Efikasi diri bukan sekadar kepercayaan diri, tetapi lebih spesifik: keyakinan bahwa "saya bisa melakukan sesuatu untuk mengatasi tantangan ini."

Bandura menjelaskan bahwa efikasi diri terbentuk dari empat sumber utama:

a. Pengalaman keberhasilan (*mastery experience*)

Keberhasilan yang pernah diraih akan meningkatkan keyakinan bahwa seseorang mampu menghadapi tantangan serupa di masa depan.

b. Pengalaman vikarius (*vicarious experience*)

Melihat orang lain yang serupa berhasil melewati tantangan membuat individu berpikir, "Jika mereka bisa, saya juga bisa."

c. Persuasi verbal (*verbal persuasion*)

Dukungan, dorongan, atau motivasi dari orang lain (guru, teman, orang tua) dapat menumbuhkan keyakinan pada kemampuan diri.

d. Keadaan fisiologis dan emosional (*physiological & emotional states*)

Kondisi tubuh dan emosi positif (seperti rasa tenang, tidak terlalu cemas) dapat mendukung kepercayaan diri dalam mengatasi tantangan.

4. Peran *Self-Efficacy* Bandura dalam Strategi Koping dan Resiliensi

Albert Bandura, melalui teori kognitif sosialnya, menekankan bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh interaksi timbal balik antara

faktor personal, lingkungan, dan perilaku itu sendiri. Salah satu konsep kunci dari teori ini adalah *self-efficacy*, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya untuk mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan guna mencapai tujuan atau mengatasi situasi tertentu.³⁰ Konsep ini memiliki peran penting dalam pembentukan resiliensi serta pemilihan strategi koping dalam menghadapi tekanan dan tantangan hidup.

Individu dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi cenderung memandang tantangan sebagai sesuatu yang dapat diatasi, bukan sebagai ancaman. Keyakinan ini mendorong mereka untuk melakukan *problem-focused coping*, yaitu strategi koping yang berfokus pada upaya nyata dalam menyelesaikan masalah, seperti mencari solusi, membuat perencanaan, dan mengambil tindakan efektif.³¹ Sebaliknya, individu dengan *self-efficacy* rendah seringkali merasa tidak berdaya, sehingga lebih cenderung menggunakan *emotion-focused coping* yang sifatnya pasif, seperti menghindari masalah, menyerah pada keadaan, atau hanya berfokus pada pengurangan emosi negatif tanpa mengatasi akar permasalahan.

Bandura juga menekankan peran *observational learning* dalam pembentukan *self-efficacy*. Melalui pengamatan terhadap orang lain (model) yang berhasil menghadapi situasi sulit, seseorang dapat belajar

³⁰ Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York, NY: W. H. Freeman.

³¹ Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York, NY: W. H. Freeman.

strategi koping adaptif dan termotivasi untuk menirunya. Hal ini mendukung terbentuknya resiliensi, karena individu yang melihat contoh keberhasilan orang lain akan merasa bahwa dirinya pun mampu bangkit dari kesulitan. Selain itu, *self-efficacy* membantu individu dalam mengatur emosi dan stres. Keyakinan pada kemampuan diri menumbuhkan rasa kontrol terhadap situasi, sehingga individu lebih tenang, mampu berpikir jernih, dan dapat memilih strategi koping yang efektif.

Dalam konteks resiliensi, *self-efficacy* bertindak sebagai faktor protektif yang memperkuat kemampuan individu untuk bangkit dari kegagalan, menghadapi tekanan, dan menyesuaikan diri dengan perubahan lingkungan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konsep *self-efficacy* dalam teori Bandura memiliki peran yang sangat signifikan dalam menentukan kualitas strategi koping dan tingkat resiliensi seseorang. Individu dengan *self-efficacy* yang baik cenderung lebih optimis, aktif mencari solusi, serta memiliki daya tahan mental yang lebih kuat dalam menghadapi kesulitan.

5. Resiliensi Santri

Resiliensi santri merupakan kemampuan yang dimiliki oleh santri untuk mengatasi tantangan, tekanan, dan kesulitan yang mungkin mereka hadapi baik dalam dunia pesantren maupun kehidupan sehari-hari. Menjadi santri bukan perkara yang mudah, mereka bak ibarat melalui proses tempa untuk menjadi mulia sehingga tentu tantangan dan berbagai macam kesulitan datang menghampiri. Kehidupan di pesantren juga

memungkinkan mereka bersosialisasi dengan ruang lingkup yang lebih luas karena berhadapan dengan orang-orang dari berbagai daerah. Mereka juga harus menghadapi proses adaptasi yang tidak mudah sehingga resiliensi diri sangat diperlukan dalam proses tersebut.

Bentuk kemampuan resiliensi santri remaja:

- a. Kemampuan Mengelola Emosi: Mengelola emosi atau yang biasa disebut juga sebagai regulasi emosi merupakan salah satu faktor kunci yang harus dimiliki oleh seseorang yang ingin memiliki resiliensi tinggi. Semakin tinggi regulasi emosi seorang santri, maka semakin kuat juga kemampuan resiliensinya. Faktor ini tentu diperlukan oleh santri remaja, mengingat mereka sedang dalam fase peralihan dari anak-anak menuju dewasa, fase saat mereka mengalami banyak perubahan baik kognitif, biologis, dan emosional. Kematangan mereka belum sempurna pada tahap ini sehingga sering kali mereka mengalami gangguan-gangguan psikologis seperti takut, resah, gelisah, iri, pun juga bahagia dan rasa kasih. Regulasi emosi yang baik pada santri membuat mereka mampu mengelola emosinya sehingga cenderung untuk tetap stabil dalam menghadapi berbagai problematika.³²
- b. Keterampilan Mengatasi Masalah: Individu yang memiliki kemampuan resiliensi adalah mereka yang mampu menghadapi masalah secara

³²Reggi Dwi Indrawan dkk, 'Gambaran Regulasi Emosi pada Santri Baru di Pondok Pesantren Manba'ul Ushulil Hikmah Kembaran Banyumas', dalam *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikologi, Keperawatan, dan Kebidanan*, Volume 2, Nomor 1, 2024, 70.

rasional dan menemukan cara untuk menghadapi dan menyelesaikan masalah mereka. Santri yang memiliki resiliensi adalah mereka yang mampu menghadapi kesulitan dan masalah mereka. Melalui penulisan yang dilakukan oleh Umi Sholehah ada dua cara yang dilakukan santri untuk mengatasi kesulitan mereka, yaitu menganalisis penyebab masalah mereka dan strategi koping.³³

Beberapa faktor yang membentuk resiliensi pada santri meliputi:

- a. **Kekuatan Spiritual:** Seorang santri biasanya dilekatkan pada religiusitas atau kekuatan spiritual, meski demikian perlu dipahami bahwa tidak semua santri memiliki tingkat kekuatan spiritual yang tinggi. Kekuatan spiritual ini biasanya membantu mereka dalam menghadapi kesulitan dan memberikan mereka energi dalam menyelesaikan masalah. Pernyataan tersebut sesuai dengan penulisan yang dilakukan oleh Savira Annisa, dimana tingkat religiusitas yang tinggi pada santri akan berbanding lurus dengan kemampuan resiliensi diri mereka. Sebaliknya jika kekuatan spiritual mereka rendah maka akan berpengaruh pula terhadap rendahnya tingkat resiliensi mereka.³⁴
- b. **Dukungan Sosial:** Menjadi santri di usia remaja bukan hal yang mudah, sebab ia harus menjalani berbagai proses dalam mematangkan diri dan

³³ Umi Sholehah, *Kemampuan Resiliensi Diri Santri Putri Penghafal Al-Qur'an di Komplek Anisah Pondok Pesantren Krapyak Yogyakarta*, tesis UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2020, 94.

³⁴ Savira Annisa Putri Suprpto, "Pengaruh Religiusitas terhadap Resiliensi pada Santri Pondok Pesantren", dalam *Cognisia*, Volume 8, Nomor 1, 2020, 76, <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/cognicia>

menimba ilmu-ilmu pendidikan. Dukungan sosial menjadi salah satu faktor kuatnya resiliensi diri santri di pesantren. Jaringan sosial yang positif akan mengantarkan santri pada keyakinan dan semangat dalam menjalani proses belajar serta menghadapi berbagai kesulitan. Dukungan sosial memiliki pengaruh yang cukup signifikan terhadap resiliensi santri di pondok pesantren, di mana semakin besar dukungan sosial yang mereka peroleh maka semakin tinggi juga kemampuan resiliensi diri mereka.³⁵

F. Metode

1. Jenis Penelitian

Merujuk pada rumusan masalah yang telah disebutkan, maka penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif. Jenis penelitian ini menggunakan metode-metode untuk menggali, memahami, dan mengeksplor lebih dalam terkait masalah sosial yang dihadapi oleh individu maupun kelompok.³⁶

2. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan studi kasus. Pendekatan ini ditujukan untuk mengetahui kemampuan resiliensi diri santri remaja tahun pertama dan menggali lebih rinci tentang faktor-faktor apa saja yang mendukung dan mempengaruhi

³⁵ Wahyuliani Safitri Ibrahim dkk., "Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi pada Santri di Makassar", dalam *Jurnal Psikologi Karakter*, volume 1, Nomor, 1 2021, <https://journal.unibos.ac.id/jpk/article/view/1095>.

³⁶ John W. Creswell, *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*, terj. Achmad Fawaid, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar), 4.

tinggi rendahnya resiliensi diri pada santri Nurul Ummah Yogyakarta. Pemaparan lebih lanjut akan dilakukan kemudian setelah mengumpulkan dan menemukan data terkait permasalahan tersebut kemudian akan diuraikan secara deskriptif serta akan melalui proses analisis menyeluruh terhadap informasi yang sudah dikumpulkan di lapangan.

3. Tempat dan Lokasi penelitian

Lokasi yang menjadi target dalam penelitian ini adalah Pondok Pesantren Nurul Ummah Putri. Sasaran asrama yang dituju oleh penulis adalah asrama putri remaja yang khusus dihuni oleh santri remaja yang mengenyam pendidikan sekolah di SMP Darussalam. Pesantren ini beralamat di Jl. Raden Ronggo KG/II982 RT/RW 27/06, Prenggan, Kotagede, Yogyakarta. Penyebab ketertarikan penulis pada lokasi ini disebabkan oleh;

- a. Pondok Pesantren Nurul Ummah Putri ialah pondok pesantren yang cukup besar di Yogyakarta.
- b. PP. Nurul Ummah Putri ialah ekosistem pesantren dengan santri yang terpadu, mulai dari santri anak-anak, remaja, dan dewasa. Dalam penelitian ini sasarannya adalah santri remaja.
- c. PP. Nurul Ummah Putri juga memiliki dua program pesantren yaitu kitab kuning dan tahfidz serta terpadu dengan sekolah formal.
- d. Memiliki santri yang cukup banyak serta beraneka asal usul.

4. Informan Pendukung Penelitian

Informan pendukung pada studi ini berjumlah 3 orang yang merupakan:

- a. Pengurus di PP. Nurul Ummah Putri sebagai informan terkait pesantren, baik dari latar belakangnya, visi, misi, program yang disediakan dan informasi lainnya.
- b. Ketua asrama santri putri remaja yang dalam kesehariannya berperan sebagai penjaga ketertiban santri.
- c. Teman-teman informan untuk menggali lebih rinci terkait obyek penelitian dan untuk memvalidasi kebenaran yang disampaikan informan kepada penulis.

Adapun informan yang dijadikan obyek dalam penelitian ini adalah santri putri remaja berjumlah 4 santri (SMP Darussalam) yang masih berada pada fase tahun pertama di pesantren juga menjalankan dua peran sebagai pelajar di institusi formal serta santri di pesantren yang mengikuti kegiatan pesantren, seperti mengaji kitab maupun tahfidz.

5. Teknik Penentuan Informan dan Informan Pendukung

Informan dan peserta dalam studi ini dipilih menggunakan metode *purposive sampling*, yaitu pemilihan secara disengaja berdasarkan standar yang sudah ditetapkan oleh penulis dan berjumlah 4 santri.³⁷

Kriteria informan dalam penelitian:

³⁷ Sugiyono, *Metode Penulisan Kuantitatif Kualitatif dan R&G*, (Bandung: Alfabeta, 2009), 85.

- a. Informan diambil dari santri putri remaja di PP. Nurul Ummah Putri yang duduk di bangku SMP dengan rentan usia 12-15 tahun atau kategori remaja awal.
- b. Informan merupakan santri yang masih berada pada fase penyesuaian atau tahun pertama di pesantren.
- c. Santri putri belum pernah mengenyam pendidikan di pesantren sebelumnya.
- d. Santri putri remaja yang memiliki peran ganda sebagai santri yang mengaji dan siswa yang menjalankan pembelajaran di sekolah.
- e. Santri putri yang siap berpartisipasi selama penelitian berlangsung.

Kriteria Informan pendukung dalam penelitian:

- a. Informan yang dapat memberikan gambaran dan informasi terkait pondok pesantren.
- b. Informan yang memiliki peran membimbing dan menjaga ketertiban santri serta mengawasi kegiatan santri.
- c. Informan yang mampu memberikan informasi dan berperan dalam proses belajar santri baik di sekolah maupun di pesantren.
- d. Informan yang dapat memberikan validasi terkait kebenaran yang dinyatakan oleh informan (obyek penelitian) kepada penulis.

6. Teknik Pengumpulan Data

Dalam riset ini penulis menggabungkan berbagai teknik untuk mengoleksi data, yaitu:

- a. Wawancara

Metode ini memakai proses tanya jawab (*face to face*) antara penulis dengan informan. Penulis bisa melakukan tanya jawab secara langsung maupun melalui telepon. Sedangkan tipe wawancara yang diterapkan merupakan wawancara bebas, supaya data yang diperoleh baik dari informan maupun informan pendukung mendalam dan tidak terbatas dengan pola pertanyaan. Tujuan dari metode ini adalah untuk melahirkan pendapat dan argumentasi dari informan.³⁸

Wawancara ini dilakukan tiga kali dengan 4 informan penelitian (santri putri remaja), pengurus pondok dan pendamping asrama santri putri remaja. wawancara dilakukan pada Mei-Juli 2024. Adapun draft dari pertanyaan apa saja yang penulis berikan kepada informan akan disajikan terlampir pada bagian akhir penulisan ini.

Wawancara dalam penelitian ini merupakan wawancara tidak terstruktur dengan poin-poin pertanyaan sebagai berikut;

- 1) Gambaran pengalaman santri putri remaja tahun pertama di pesantren.
- 2) Latar belakang mereka dalam memasuki pendidikan pesantren dan program-program di dalamnya.
- 3) Kesulitan-kesulitan yang mereka hadapi baik secara psikologis maupun permasalahan lahir lainnya.
- 4) Kemampuan resiliensi diri mereka dalam menghadapi kesulitan.

³⁸ Creswell, *Research Design Pendekatan*, 267.

5) Faktor-faktor pendukung terbentuknya resiliensi diri santri remaja.

b. Observasi

Observasi partisipasi aktif merupakan metode yang digunakan pada proses ini, di mana penulis datang ke lokasi dan mengamati proses kegiatan santri yang sedang berlangsung tanpa ikut serta dalam proses tersebut.³⁹ Dalam studi ini yang menjadi objek pengamatan adalah aktivitas santri remaja tahun pertama di pesantren yang menjalankan dua peran yakni sebagai santri dan pelajar secara bersamaan. Letak geografis, sejarah singkat, situasi serta kondisi harian pesantren juga akan menjadi bagian dari obyek observasi penulis. Observasi dilakukan dalam rentang waktu Mei-Juli 2024.

c. Dokumentasi

Dokumen-dokumen tambahan dalam proses penelitian juga tidak kalah penting. Oleh sebab itu penulis juga menggunakan metode dokumentasi. Dokumen yang digunakan ada dua jenis, publik dan privat. Dokumen publik adalah dokumen yang diambil penulis pada proses observasi dan wawancara serta pada kegiatan santri putri remaja di Nurul Ummah. Penulis juga menggunakan buku-buku pesantren guna memperoleh informasi terkait pesantren. Sementara itu, dokumen rahasia

³⁹ Sugiyono, *Metode Penulisan Kuantitatif*, 227.

merupakan berkas yang didapat dari peserta dan tidak akan disebarluaskan kepada pihak lain.⁴⁰

7. Teknik Analisis Data

Berdasarkan Miles dan Huberman, pengolahan data studi kualitatif dilaksanakan secara dinamis dan terus berlanjut hingga tuntas, sehingga data yang disajikan mencapai kejenuhan. Sedangkan kegiatan analisis data yang diterapkan terdiri dari tiga tahap:

a. Reduksi Data (*Data Reduction*)

Biasanya data yang diperoleh di lapangan jumlahnya cukup banyak, sehingga dibutuhkan ketelitian dan kerincian dalam mencatatnya. Jika penulisan berlangsung semakin lama, maka data yang diperoleh pun akan semakin banyak. Oleh sebab itu perlu adanya reduksi data, yaitu merangkum, memilih dan memilah yang bersifat inti dan pokok, memfokuskan pada hasil yang penting dan dicari temanya yang sesuai, sehingga data yang disajikan akan lebih jelas serta memudahkan penulis dalam tahap selanjutnya dan dalam tahap pengumpulan data berikutnya.⁴¹

b. Penyajian Data (*Data Display*)

Menyajikan data atau mendisplay data adalah langkah selanjutnya setelah mereduksi data. Penyajiannya dilakukan dengan uraian singkat, hubungan antara kategori atau variabel, bagan, atau pun

⁴⁰ Creswell, *Research Design Pendekatan*, 270.

⁴¹ Sugiyono, *Metode Penulisan Kuantitatif*, 264.

sejenisnya. Saat memaparkan data dalam studi kualitatif menggunakan teks narasi.⁴²

c. Verifikasi/Kesimpulan (*Conclusion Drawing/Verification*)

Tahap akhir pada riset kualitatif yaitu membuat kesimpulan dan pengecekan ulang. Kesimpulan awal yang bersifat provisional tentunya bisa berubah apabila ada fakta tambahan yang memperkuat dan bukti-bukti kuat pada tahap berikutnya.

8. Keabsahan Data

Teknik triangulasi adalah metode keabsahan data yang digunakan oleh penulis. Teknik ini adalah proses pemeriksaan keabsahan data yang menggunakan sesuatu di luar data untuk keperluan verifikasi atau pembandingan terhadap data yang diperoleh. Dalam penulisan ini, penulis menggunakan tiga jenis dari teknik ini untuk menguji keabsahan;⁴³

a. Triangulasi Sumber

Teknik ini menggunakan proses konfirmasi. Informasi yang didapat dari peserta yakni santri remaja pada Nurul Ummah dikonfirmasi dengan data-data dari informan lainnya, seperti pengurus, pembimbing, ketua asrama, dan teman dekat informan.

b. Triangulasi Teknik

⁴² Ibid, 249.

⁴³ Ibid, 249.

Metode triangulasi dalam studi ini memakai serta memadukan pengamatan, wawancara, dan dokumen/kuisisioner. Dengan ketiga cara tersebut, penulis melakukan perbandingan agar semua informasi dan data yang dikumpulkan sesuai. Data tersebut kemudian dijabarkan dan kesimpulan dibuat.

c. Triangulasi Waktu

Metode ini dipakai untuk memastikan keakuratan data dengan menggunakan sumber serta teknik yang identik, namun dilakukan pada waktu yang berbeda. Tujuannya untuk memperoleh data yang valid dan konsisten.

G. Sistematika Pembahasan

Tulisan ini akan dijelaskan dengan detail dan terstruktur supaya gampang dimengerti. Oleh karena itu, penulis akan menjelaskan isi bab-bab yang akan dikaji dalam riset ini, yakni di bawah ini:

Bab I pendahuluan. Di bagian ini akan dipaparkan latar belakang studi yang akan dijalankan, perumusan masalah, dan tujuan penelitian, kerangka teori, kajian pustaka, metode penulisan dan sistematika pembahasan.

Bagian kedua dalam studi ini mengulas mengenai gambaran umum Pondok Pesantren Nurul Ummah Yogyakarta, uraian pengalaman santri putri remaja yang menjadi informan aktif dalam penulisan ini. Baik catatan lapangan, latar belakang informan, dan kesulitan-kesulitan yang mereka hadapi.

Bab ketiga akan mengkaji tentang bagaimana resiliensi diri santri putri remaja baru di pondok pesantren tersebut. Mulai dari kemampuan mereka serta

elemen penunjang terciptanya kapasitas ketahanan pribadi mereka di pondok pesantren.

Bab keempat berisi tentang faktor-faktor pendukung terbentuknya resiliensi diri santri remaja tahun pertama di pesantren.

Bab terakhir atau bab kelima adalah penutup. Berisi tentang kesimpulan dari penelitian dan saran.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Resiliensi Santri Putri Remaja

Santri putri remaja menunjukkan kemampuan resiliensi yang baik meskipun menghadapi berbagai kesulitan di tahun pertama berada di pesantren, seperti homesick, kesulitan bersosialisasi, manajemen waktu, dan tekanan rutinitas.

a. *Self-Efficacy*

Santri memiliki keyakinan diri (*self-efficacy*) bahwa mereka mampu mengatasi kesulitan secara mandiri. *Self-efficacy* terbentuk dari pengalaman keberhasilan, melihat model sosial (teladan), persuasi sosial, dan kemampuan mengelola emosi. Contoh konkret terlihat pada Fa, La, dan Ya yang tetap berusaha beradaptasi secara sosial meski awalnya tidak memiliki teman. Aspek religius turut memperkuat efikasi diri, seperti keyakinan bahwa Allah memberikan ujian sesuai kemampuan hamba-Nya.

b. Strategi Koping

Santri menggunakan dua jenis coping strategy secara seimbang. Pertama, *problem-focused coping*: melakukan tindakan aktif seperti mendekati teman, menyusun jadwal belajar, atau meminta bantuan. Kedua, *emotion-focused coping*: menenangkan diri melalui doa, dzikir, menulis buku harian, menangis, dan melakukan self-talk.

Pendekatan coping ini membantu mereka tidak hanya bertahan secara fisik tetapi juga tumbuh secara emosional dan spiritual.

2. Faktor Pendukung Resiliensi Santri Remaja

a. Menjaga niat dan tekad

Niat ikhlas karena Allah dan keinginan menuntut ilmu menjadi motivasi utama santri untuk bertahan. Niat tersebut mengarahkan tindakan dan membentuk keistiqomahan.

b. Optimisme

Santri memiliki harapan positif bahwa kesulitan bersifat sementara dan dapat dilalui. Optimisme disertai tindakan aktif, seperti tetap mengikuti kegiatan dan mencoba beradaptasi.

c. Dukungan orang tua

Dukungan moral dan motivasional dari orang tua sangat berperan dalam membentuk daya tahan mental santri. Pesan-pesan dari orang tua menjadi penguat emosional yang membentuk kontrol diri dan semangat belajar.

B. Saran

Berdasarkan hasil penulisan dan pembahasan mengenai resiliensi santri putri remaja tahun pertama di Pondok Pesantren Nurul Ummah Putri Yogyakarta, penulis memberikan beberapa saran yang ditujukan kepada berbagai pihak yang terkait, sebagai berikut:

1. Bagi Santri

Santri diharapkan dapat terus mengembangkan kemampuan dalam mengenali dan mengelola emosi secara sehat, memperkuat efikasi diri dengan menumbuhkan keyakinan bahwa setiap tantangan dapat dihadapi, serta menerapkan strategi koping yang adaptif dalam kehidupan sehari-hari. Penguatan hubungan sosial dengan teman dan pengasuh juga penting sebagai dukungan psikologis dalam proses penyesuaian diri di lingkungan pondok.

2. Bagi Pengasuh atau Pengelola Pondok Pesantren

Pengasuh dan pengelola pondok diharapkan memberikan ruang dan pendekatan yang lebih empatik kepada santri, khususnya santri tahun pertama, dalam proses adaptasi mereka. Pelatihan atau kegiatan pembinaan yang mendorong pengembangan keterampilan regulasi emosi, penguatan efikasi diri, dan penyelesaian masalah secara mandiri akan sangat membantu dalam mempercepat proses pembentukan resiliensi.

3. Bagi Orang Tua Santri

Orang tua perlu memberikan dukungan emosional secara konsisten, meskipun secara fisik terpisah. Komunikasi yang positif dan penuh empati sangat penting untuk membantu anak menghadapi masa transisi di pondok. Memberikan kepercayaan kepada anak untuk menyelesaikan tantangan sendiri juga merupakan bentuk dorongan yang memperkuat efikasi diri anak.

4. Bagi Penulis Selanjutnya

Penulisan ini memiliki keterbatasan pada jumlah subjek dan ruang lingkup lokasi yang spesifik. Oleh karena itu, penulis selanjutnya dapat mengembangkan studi ini dengan cakupan yang lebih luas, melibatkan santri dari berbagai jenjang usia, jenis kelamin, maupun pondok pesantren yang berbeda, serta mengkaji lebih dalam faktor-faktor kontekstual yang mempengaruhi pembentukan resiliensi secara komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

Buku

- A Bandura,. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York, NY: W. H. Freeman.
- Adz-Dzakiey, Hamdani Bakran. 2005. *Prophetic Intelligenci, Kecerdasan Kenabian: Menumbuhkan Potensi Hakiki Insani Melalui Pengembangan Kesehatan Ruhani*. Yogyakarta: Islamika.
- Ellis Ormrod, Jeanne. 2009. *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang*, Jakarta: Penerbit Erlangga,.
- Erikson, E.H. 1968. *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton & Company.
- Hendriani, Wiwin. 2018. *Resiliensi Psikologi*. Jakarta: Kencana.
- Hasbullah. 2013. *Dasar-Dasar Ilmu Pendidikan Islam*. Jakarta: Pustaka Azzam.
- Lazarus, R.S & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York : McGraw-Hill, Inc.
- Mantra, Ida Bagoes. 2008. *Filsafat Penulisan & Metode Penulisan Sosial*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Muhammad bin Ahmad Al-Mahalli, Jalaluddin dan Jalaluddin Abdurrahman bin Abi Bakr Al-Suyuthi, *Tafsir Jalalain*, jilid , Surabaya: Al-Haramain, 2007.
- Munir, Ahmad dkk., *Mata Air Keikhlasan Biografi KH. Asyhari Marzuki*, Yogyakarta: NUMeID, 2009.

Patton, Michael Quinn. 1980. *Qualitative Evaluation Methods*. Beverly Hills, London: Sage Publication.

Ramadhan, Muhammad, *Quantum Ikhlas*, Terj. Alek Mahya Sofa, Solo: Abyan, 2009.

Reivich, Kren dan Andrew Shatte. *The Resilience Factor: Seven Essential Skill For Overcoming Life's Inevitable Obstacle*. New York: Random House, 2002.

Sugiyono, Metode Penulisan Kuantitatif Kualitatif dan R&G, Bandung: Alfabeta, 2009

W. Creswell, John, *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*, terj. Achmad Fawaid, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010.

W. Santrock, John, *Adolescence Perkembangan Remaja*, Jakarta: Penerbit Erlangga, 2003.

Yasmad. 2005. *Modernisasi Pesantren*. Ciputat: PT Ciputat Press.

Dokumentasi dan Observasi

Dokumen program-program PP. Nurul Ummah Putri, diakses pada 15 Juli 2024.

Dokumen peraturan santri PP. Nurul Ummah Putri, diakses pada 15 Juli 2024.

Dokumen jadwal kegiatan PP. Nurul Ummah Putri, diakses pada 15 Juli 2024.

Dokumen visi dan misi PP. Nurul Ummah Putri, diakses pada 15 Juli 2024.

Dokumen struktur kepengurusan PP. Nurul Ummah Putri, diakses pada 15 Juli 2024.

Dokumen jadwal kegiatan santri putri remaja PP. Nurul Ummah Putri, diakses pada 20 Juli 2024.

Observasi penulis di PP. Nurul Ummah Putri pada hari Jum'at tanggal 19 Juni
2024.08.05

Jurnal

A, Bandura. 1997. *Self Efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change*.
Psychological Review. 84 (2). 1991-215.

Amalia, Roziana dan Wiwin Hendriani. “Pengaruh Resiliensi Akademik dan
Motivasi Belajar Terhadap Student Engagement Pada Santri Mukim di
Pondok Pesantren Nurul Islam Karangcempaka Sumenep”. Dalam Jurnal
Psikologi Pendidikan dan Perkembangan, Vol. 6 diakses dari
<http://url.unair.ac.id/5e974d38> e-ISSN 2301-7104

Ambo Baba, Mastang dan Herlina Mootalu, “Pengaruh Relasi Teman Sebaya
Terhadap *Schadenfreude* Pada Remaja” dalam Jiva: Journal of Behaviour
and Mental Health, Vol. 4, No. 2, 2023 diakses di [https://journal.iain-
manado.ac.id/index.php/JIVA/index](https://journal.iain-manado.ac.id/index.php/JIVA/index) pada 19 Juni 2024.

Bau, Nur Alvira dkk, “Hubungan Tingkat Stres Remaja dengan Kemampuan
Beradaptasi di Asrama Pondok Pesantren Sabrun Jamil”, *Jambura Journal
of Epidemiology*, Vol. 1, No. 1, 2022.

Darmayanti, Nefi dan Daulay, Nurussakinah. (2020). Pengaruh Pelatihan
Manajemen Stres terhadap Kebahagiaan Santri di Pesantren. *Gadjah Mada
Journal of Professional Psychology*. Vol. 6 (2): 128-139.

Fauzi, A., “Membangun Epistemologi Pendidikan Islam Melalui Kepemimpinan
Spiritual: Suatu Telaah Diskursuf”. *Jurnal Empirisma*. STAIN Kediri. Vol.
24 (2): 155.

- Fauzi, A., "Persepsi Barakah di Pondok Pesantren Zainul Hasan Genggong: Perspektif Interaksionalisme Simbolik", dalam jurnal *Al-Tahril IAIN Ponorogo (Islam Ortodoksi Heterrodoksi)*, Nomor 17, Tahun 2017.
- Fauzi, A., "Transformation Of Values in Developing Leadership Prophetic Islamic Education. In 2nd ICET Theme: *Improving The Quality Of Education and Training Through Strengthening Networking*". (Faculty of Education, State University of Malang, 2016), 1196-1204.
- Fitriani, Dwi dan Musa Masing, "Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Orientasi Masa Depan Siswa", dalam *Jurnal Satya Widya*, Vol. 38, No. 1, 2022, diakses di <https://ejournal.uksw.edu/satyawidya>, pada 15 Juni 2024.
- Haiffahningrum, Dewi Nurlaily. (2022). PENGALAMAN PENYESUAIAN DIRI BAGI SANTRI BARU DI LINGKUNGAN PESANTREN X : STUDI FENOMENOLOGI. Vol. 9 (7): 1-13.
- Indrawan, Reggi Dwi dkk., "Gambaran Regulasi Emosi pada Santri Baru di Pondok Pesantren Manba'ul-Ushulil Hikmah Kembaran Banyumas". dalam *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikologi, Keperawatan, dan Kebidanan*, Volume 2, Nomor 1, 2024, 70.
- Mu'ti, Abdul dkk., "Psikologi Santri (Analisis) Proses Adaptasi dan Penyesuaian Diri Santri Indonesi", *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 12, No. 02.
- Huda, Muhammad Nurul dan Muhammad Turhan Yani, "Pelanggaran Santri terhadap Peraturan Tata Tertib Pondok Pesantren Tarbiyatut Tholabah Kranji Lamongan", *Jurnal Kajian Moral dan Kewarganegaraan*, Vol 02

Nomer 03 Tahun 2015, 740-753,(Surabaya: Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Surabaya, 2015)

Ibrahim, Wahyuliani Safitri dkk. *Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi pada Santri di Makassar*. Jurnal Psikologi Karakter. 1 (1). Diakses di <https://journal.unibos.ac.id/jpk/article/view/1095>.

Ilmiati, Wulida Ailul dan Lailatuzzahro Al-Akhda Aulia. *Peran Regulasi Diri terhadap Resiliensi Santri Tahfidz*. Innovative: Journal of Social Science Research. 4 (1). Diakses dari [J-innovative.org/index.php/innovative](http://j-innovative.org/index.php/innovative).

Indrawan, Reggi Dwi dkk. *Gambaran Regulasi Emosi pada Santri Baru di Pondok Pesantren Manba'ul Ushulil Hikmah Kembaran Banyumas*. Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikologi, Keperawatan, dan Kebidanan. Volume 2 (1) , 2024.

Jannah, Rahmatul dkk. (2022). Hubungan Efikasi Diri terhadap Prokrastinasi pada Santri Tahfidz Qur'an. Jurnal Psikologi Islam Al-Qalb. Vol. 13. (2): 116-120.

Maryam, Siti, "Strategi *Coping*: Teori dan Sumberdayanya" Volume 1, Nomor 2, dalam Jurnal Konseling Andi Matappa, 2018, diakses di <https://media.neliti.com/media/publications/177181-ID-strategi-coping-teori-dan-sumberdayanya.pdf> pada 20 Juni 2024

Muhammad Fadhilah Noor Agustin dkk., "Analisis Kualitas Pertemanan Terhadap Remaja", dalam SHINE: Jurnal Bimbingan dan Konseling, Vol. 3, No. 2

Nuryani. (2019). DAMPAK KESULITAN MENYESUAIKAN DIRI PADA SANTRI. G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling. Vol. 4 (1): 174-179.

Purwandita, Bunga Samsu dan Monika. (2021). DAMPAK KESULITAN MENYESUAIKAN DIRI PADA SANTRI. Seri Seminar Nasional Ke-III Universitas Tarumanagara Tahun 2021: 119-126.

Putri, Ardina Shulhah dan Qurotul Uyun. *Hubungan Tawakkal dan Resiliensi pada Santri Remaja Penghafal Al-Qur'an di Yogyakarta*. Jurnal Psikologi Islam, 4 (1) 77-87.

Rahmatullah, Azam Syukur dan Purnomo, Halim. (2020). KENAKALAN REMAJA KAUM SANTRI DI PESANTREN (TELAAH DESKRIPTIF-FENOMENOLOGIS). Ta'allum: Jurnal Pendidikan Islam. Vol. 8 (2): 222-245.

Rahmawati, Ayu. *Resiliensi Santri Korban Sexual Harrasment Oleh Pengasuh (Analisis Dampak Psikologis Perempuan dalam Bingkai Pesantren dan Stereotype Patriarki*. Aflah Consilia: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 1 (2) 64-74. diakses dari journal.iainngawi.ac.id/index.php/aflah/index.

Santi, Dyan Evita dkk. *Religiusitas, Regulasi Emosi dan Resiliensi Santri selama Pandemi COVID-19 dengan Dukungan Sosial sebagai Variabel Mediator*. Brilliant: Jurnal Riset dan Konseptual. Vol. 7 (1) diakses dari jurnal.unublitar.ac.id/index.php/brilliant. Hlm.123-133.

Suprpto, Savira Annisa Putri. *Pengaruh Religiusitas terhadap Resiliensi pada Santri Pondok Pesantren*. Cognicia. 8 (1), 69-78.

Suryadiningrum, Belva Artanti dkk. *Resiliensi Santri : Bagaimana peran Religious Coping menghadapi Quarter Life Crisis ? Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(1), 201-207.

Suryatiningsih dkk. *Resiliensi Religiusitas dan Psychological Well-Being pada Santri*. G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 8 (2), 889-902.

Wahidah, Evita Yuliatul. "Resiliensi Perspektif Al-Qur'an. Dalam Jurnal Islam Nusantara, Vol. 2, No. 1, Januari-Juni 2018, 111.

Skripsi dan Tesis

Aeni, Aghwa Nurul. *Pengembangan Life Skill Dalam Meningkatkan Resiliensi Santri Di Pondok Pesantren Miftahul Huda Pesawahan Kec. Rawalo Kab. Banyumas*. Purwokerto: UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri, 2023.

Afiyati, Merlina. *Bimbinagn Spiritual dalam Mmembentuk Resiliensi Santri Penyalahgunaan Narkoba di Yayasan Pusat Rehabilitasi Madani Mental Health Care Jakarta Timur*. Jakarta : UIN Syarif Hidayatullah, 2020.

Aini, Dewi Khurun. *Resiliensi Santri Penghafal Al-Qur'an di Madrasah Tahfidz Pesantren Al-Munawwir Krapyak Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada, 2012.

Diniaty, Laesa. *Resiliensi Santri Pondok Pesantren Modern Al-Muwahhidin Lelede Kediri Lombok Barat NTB di Era Covid-19*. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2022.

Furqon, Habibiyu. *Resiliensi Ditinjau dari Pola Asuh Pada Santri MTs di Pesantren Al-Kautsar Al-Akbar Medan*. Medan: Universitas Medan Area, 2021.

Hidayah, Nur. *Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Spiritualitas Terhadap Resiliensi Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an Di Pondok*

Pesantren Madrosatul Qur'anil Aziziyah Bringin Semarang. Semarang: UIN Walisongo Semarang, 2021.

Jannah, Alifatul. *Upaya Meningkatkan Resiliensi Penghafal Al-Qur'an Di Islamic Boarding School Darul Ilmi Man Demak (Analisis Bimbingan dan Konseling Islam)*. Semarang: UIN Walisongo Semarang 2021.

Novika. *Hubungan Antara Kelekatan pada Orang Tua Dengan Resiliensi Santri Pondok Pesantren di Kota Pekanbaru*. Pekanbaru: Universitas Islam Riau, 2022.

Nurhayati, Dwi. *Pengaruh Religiusitas Terhadap Resiliensi Santri Khidmah Studi Kasus Generasi Xvi Pondok Pesantren Islamic Centre Bin Baz Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, 2021.

Sholehah, Umi. *Kemampuan Resiliensi Diri Santri Putri Penghafal Al-Qur'an di Komplek Anisah Pondok Pesantren Krapyak Yogyakarta*, tesis UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2020.

Vista, Maya Hillary Bella. *Pengaruh School Engagement dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Santri di Pondok Pesantren Baitussalam Bogor*. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2018.

Website

Tafsirq.com, "Surat Al-Baqarah," dalam <https://tafsirq.com/2-al-baqarah/ayat-155>, diakses pada tanggal 03 Maret 2024.

Wawancara

Wawancara kedua dengan Fa di PP. Nurul Ummah Putri pada hari Jum'at tanggal 19 Juni 2024.

Wawancara kedua dengan Fi di PP. Nurul Ummah Putri pada hari Jum'at tanggal 19 Juni 2024.

Wawancara kedua dengan La di PP. Nurul Ummah Putri pada hari Jum'at tanggal 19 Juni 2024.

Wawancara kedua dengan Ya di PP. Nurul Ummah Putri pada hari Jum'at tanggal 19 Juni 2024.

Wawancara pertama dengan Ya di PP. Nurul Ummah Putri pada hari Jum'at tanggal 10 Mei 2024.

Wawancara pertama dengan La di PP. Nurul Ummah Putri pada hari Jum'at tanggal 10 Mei 2024.

Wawancara pertama dengan Fa di PP. Nurul Ummah Putri pada hari Jum'at tanggal 10 Mei 2024.

Wawancara pertama dengan Fi di PP. Nurul Ummah Putri pada hari Jum'at tanggal 10 Mei 2024.

Wawancara pertama dengan Fz di PP. Nurul Ummah Putri pada hari Jum'at tanggal 19 Juni 2024.

Wawancara pertama dengan Ln di PP. Nurul Ummah Putri pada hari Jum'at tanggal 19 Juni 2024.

Wawancara pertama dengan Kuni melalui WhatsApp pada hari Jum'at 31 Juli pukul 07.51 WIB.

Wawancara dengan Tafsiratur Rohmah, Pengurus PP. Nurul Ummah Putri, tanggal

14 Juli 2024 di PP. Nurul Ummah Putri, pukul 13.00-14.00 WIB.

