



## Peran Religiusitas Dalam Meningkatkan *Psychological Well-Being* Santri Putri Program Tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember

Putut Nur Falah Ayu Waseso<sup>1\*</sup>, Nasirudin Al Ahsani<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq, Jember, Indonesia

<sup>2</sup> Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq, Jember, Indonesia

\*E-mail: [pututnurgfalahayu25@gmail.com](mailto:pututnurgfalahayu25@gmail.com)

### Keywords

Islamic Boarding School; Religiosity; Psychological well-being

### Abstract

All activities in the Islamic boarding school are closely related to the aspect of religiosity, where religiosity is one of several factors influencing the psychological well-being of students. This research aims to examine: 1) How is the religiosity of female students in the Quran memorization program at Pondok Pesantren Nurul Islam in Jember? 2) How is the improvement of psychological well-being among female students in the Quran memorization program at Pondok Pesantren Nurul Islam in Jember? This research uses a qualitative descriptive method with subjects selected based on specific considerations. Data is collected through documentation, interviews, and observations. Data analysis is conducted through condensation, data presentation, conclusion drawing, and verification. Data validity is strengthened through triangulation of techniques and sources. The findings of this study indicate that: 1) Female students in the Quran memorization program at Pondok Pesantren Nurul Islam in Jember have five indicators of religiosity dimensions. However, out of the three informants studied, two still lack in the dimension of religious practice. 2) Female students in the Quran memorization program at Pondok Pesantren Nurul Islam in Jember show good improvement in psychological well-being. They can fulfill six indicators of psychological well-being aspects. However, out of the three informants observed, two of them show a lack of self-acceptance and mastery of the environment aspect.

### Kata Kunci

Pondok Pesantren; Religiusitas; Psychological well-being

### Abstrak

Seluruh kegiatan di pondok pesantren berkaitan erat dengan aspek religiusitas, yang mana religiusitas menjadi satu dari beberapa faktor yang mempengaruhi psychological well-being pada santri. Penelitian ini bertujuan untuk melihat 1) Bagaimana religiusitas santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember?. 2) Bagaimana peningkatan psychological well-being santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember?. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan subjek penelitian yang dipilih dengan pertimbangan tertentu. Data dikumpulkan melalui dokumentasi, wawancara, dan observasi. Analisis data dilakukan melalui kondensasi, penyajian data, penarikan kesimpulan, dan verifikasi. Keabsahan data diperkuat melalui triangulasi teknik dan sumber. Temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa: 1) Santri putri dalam program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember memiliki lima indikator dimensi religiusitas. Namun, dari tiga informan yang diteliti, dua masih kurang dalam dimensi praktik agama. 2) Santri putri dalam program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember menunjukkan peningkatan psychological well-being yang baik. Mereka dapat memenuhi enam indikator aspek psychological well-being. Namun, dari tiga informan yang diamati,



*dua di antaranya menunjukkan kurangnya kesesuaian pada penerimaan diri dan aspek penguasaan terhadap lingkungan*

## Pendahuluan

Pesantren merupakan institusi pendidikan agama Islam diakui secara luas oleh masyarakat sebagai pendidikan non formal. Mereka fokus pada pembelajaran ilmu agama Islam dengan sistem asrama di bawah bimbingan seorang kiai<sup>1</sup>. Di Indonesia, terdapat ribuan pesantren dengan jutaan santri. Kegiatan di pesantren tidak hanya sebatas agama, tetapi juga mencakup pendidikan formal untuk menumbuhkan pribadi muslim yang produktif, agamis, dan berintelektual luas. Selain pelajaran agama, santri juga belajar tentang pengetahuan umum, akhlak, membaca Al-Qur'an, dan menghafalkan Al-Qur'an, yang menjadi salah satu program khas pesantren. Kementerian Agama (Kemenag) melaporkan, terdapat 26.975 pondok pesantren di Indonesia, dengan jumlah keseluruhan terdapat 1,64 juta santri yang tersebar diseluruh wilayah pondok pesantren di Indonesia<sup>2</sup>. Kabupaten yang ada di Jawa Timur salah satunya adalah Kabupaten Jember dengan jumlah pesantren terbanyak di Indonesia. Menurut data Kementerian Agama (Kemenag), terdapat 611 pesantren di Kabupaten Jember dengan jumlah santri 12.381 orang<sup>3</sup>.

Di pesantren, memiliki aktivitas yang sangat padat. Selain kegiatan keagamaan yang menjadi fokus utama, ada juga pendidikan formal yang mengajarkan tidak hanya agama, tapi juga pengetahuan umum. Tujuannya adalah membentuk pribadi Muslim yang produktif dan meningkatkan pemahaman agama Islam. Santri di sana belajar menutup aurat, sholat berjamaah, mandiri karena jauh dari orangtua, dan juga mempelajari kitab, pengajian, akhlak, membaca Al-Qur'an, serta pemrograman menghafal Al-Qur'an. Salah satu program khas pesantren adalah tahfidz Al-Qur'an yang mendorong santri menjadi penghafal Al-Qur'an, yang diimpikan terbentuknya karakter santri yang berlandaskan agama dan Al-Qur'an. Santri yang menghafalkan Al-Qur'an diharapkan mengusung perilaku yang sopan serta bijak, memiliki keteguhan pendirian, dan konsisten terhadap nilai-nilai yang dianut.

Kegiatan yang sangat padat, lingkungan kehidupan yang berbeda dengan sebelumnya dan pertemanan yang baru, ditambah dengan tanggung jawab menghafal Al-Qur'an sebagai seorang santri, dapat menciptakan tekanan yang

<sup>1</sup>Yayat Hidayat, Hidiat, Mojamad Yudianto, Peri Ramdani, "Tantangan Pesantren Salaf dan Khalaf di Era Global". Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, Vol. 8, No.1. (2022). Hal. 329.

<sup>2</sup><https://dataindonesia.id/ragam/detail/ada-164-juta-santri-di-indonesia-terbanyak-di-jawa-timur> (diakses pada 20 Februari 2023, pukul 21:45).

<sup>3</sup><https://dataindonesia.id/ragam/detail/ada-164-juta-santri-di-indonesia-terbanyak-di-jawa-timur> (diakses pada 20 Februari 2023, pukul 22:26).

besar bagi mereka. Ini berpotensi menyebabkan rasa tertekan, kesulitan beradaptasi, dan akhirnya menimbulkan stres, yang pada akhirnya dapat mengganggu kesejahteraan psikologis mereka serta proses pendidikan. Menurut Riskedas 2013, remaja yang menempuh kehidupan di pesantren cenderung mengalami tingkat depresi yang lebih tinggi daripada rekan sebaya yang tinggal di rumah. Dalam lingkungan pesantren, 39,7% siswa mengalami depresi, 67,1% mengalami kecemasan, dan 44,9% mengalami stres. Faktor-faktor penyebabnya melibatkan aspek akademis, interpersonal, peran guru, proses pembelajaran, dan dinamika kelas sosial. Provinsi Jawa Timur dalam data Riskedas tahun 2018 memiliki 6,28% penduduk di atas 15 tahun yang mengalami penyakit mental atau stres, sedangkan 11,2% penduduk Kabupaten Jember di atas 15 tahun yang mengalami gangguan mental atau stres. Menurut penelitian berdasarkan teori Ryff mengenai *psychological well-being*, beberapa hal yang mempengaruhi *psychological well-being* meliputi jenis kelamin, status sosial ekonomi, usia dukungan sosial, budaya, kepribadian, dan salah satunya adalah religiusitas. Religiusitas dan dimensinya, *psychological well-being* dan dimensinya, terdapat keterkaitan yang signifikan, menunjukkan bahwa peran religiusitas berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis. semuanya saling terkait satu dengan lainnya<sup>4</sup>.

### Metode Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Pemilihan subjek penelitian dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yakni memilih sampel dengan kriteria tertentu.<sup>5</sup> Adapun subjek penelitian meliputi, santri putri yang menempuh program tahfidz Al-Quran sebagai sumber primer. Sedangkan guru dan pengurus pondok pesantren sebagai sumber triangulasi. Adapun lokasi penelitian berada di Asrama Putri Dalem Timur Pondok Pesantren Nurul Islam Kabupaten Jember. Metode yg gunakan dalam pengambilan data, yakni dokumentasi, wawancara, dan observasi. Tahapan dalam analisis data kualitatif, terdapat 3 tahap yaitu : 1) Kondensasi, yaitu proses buat memfokuskan atau menyederhanakan data penelitian yang sudah diperoleh dari lapangan sesuai catatan, wawancara, atau dokumentasi lainnya. 2) Penyajian data dalam bentuk ringkasan singkat, diagram, korelasi antar kategori, *flowchart*, serta sejenisnya, menggunakan teks naratif. 3) Penarikan konklusi serta verifikasi, yang artinya rangkuman serta validasi berasal data yang telah terkumpul<sup>6</sup>. Triangulasi metode (teknik) dan

<sup>4</sup>Aisyah Farah Sayyidah, Rifda Nafisa Nardhotillah, Nur Alfiana Sabila, Sri Rejeki, "Peran Religiusitas Islam dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis" Vol.13, No.2 (2022).

<sup>5</sup> Farida Nugrahani, Metode Penelitian Kualitatif (Surakarta, 2014), 101.

<sup>6</sup>ibid 321.

triangulasi sumber. Triangulasi metode (teknik) dipergunakan oleh peneliti untuk memeriksa konsistensi data yang diperoleh dari wawancara, yang kemudian dibandingkan dengan data dari hasil observasi dan dokumentasi<sup>7</sup>.

## **Hasil dan Pembahasan**

### **Religiusitas Pada Santri Santri Putri Program Tahfidz Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember**

Pada tahap ini, peneliti akan secara rinci mengevaluasi dan menyajikan hasil penelitian. Dalam proses ini, peneliti mengintegrasikan teori-teori yang digunakan relevan dengan data yang diperoleh dari dokumentasi, observasi, dan wawancara. Setelah itu data diidentifikasi untuk memastikan kesesuaian dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan, yakni fokus pada religiusitas santri putri dalam program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember. Berikut adalah temuan yang disimpulkan dari data lapangan yang menunjukkan bahwa individu membentuk religiusitas mereka dalam beberapa dimensi yang relevan, sebagai berikut:

#### **a) Dimensi praktik agama (ritualistik)**

Santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, dalam dimensi ini memiliki kesadaran dan kemampuan untuk mematuhi serta melakukan perintah yang diwajibkan dalam agama. Santri yang mampu untuk memiliki kesadaran dan kemampuan untuk mematuhi dan melakukan perintah ibadah yang diwajibkan oleh agamanya menunjukkan bahwa santri memiliki komitmen terhadap agama yang dianut atau diyakini. Meskipun di lapangan juga ditemukan bahwasahnya subjek penelitian melakukan pelanggaran yang berkaitan dengan dimensi praktik agama. Dua dari tiga subjek penelitaian NA dan AG pernah telat jam sholat sehingga tidak melakukan sholat tepat waktu. Satu dari tiga subjek penelitian yaitu NA terlambat dalam mengikuti kegiatan pesantren dan masih meminjam barang orang lain tidak bilang nemun dikembalikan lagi (ghosob). Akan tetapi, santri memiliki kesadaran diri untuk tidak mengulangi hal tersebut dan afirmasi positif yang ditanamkan dalam diri, sehingga hal ini dapat menjadikan santri mampu untuk tetap putuh dan menjalankan komitmen terhadap agama yang dianut atau diyakini. Selain itu, lingkungan pesantren juga memiliki peran dalam mengatur dan membiasakan akan ibadah. Sehingga menjadi salah satu cara untuk mengantisipasi santri melakukan tindakan yang salah.

Penjabaran diatas dapat disimpulkan bahwa santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, sesuai dengan dimensi praktik agama (ritualistik) pada teori religiusitas yang diungkapkan oleh Glock dan

---

<sup>7</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Kualitatif, dan R&D, (Bandung: Alfabeta, 2022), 310.

Stark, terdapat tingkah laku dalam proses pemujaan, taat dan suatu hal yang menampakkan sebagai bentuk komitmen akan agama yang dianut. Akan tetapi, dalam hal ini peneliti menemukan bahwa subjek penelitian masih melakukan pelanggaran yang berkaitan dengan dimensi ini.

#### **b) Dimensi ideologi**

Santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember yang berada dalam dimensi ini ditemukan bahwa santri memiliki keyakinan yang baik akan agama yang dianut. Santri sepenuhnya memiliki kepercayaan akan agama yang dianut. Seperti santri mempercayai jika segala hal yang diperbuat ada yang mengawasi yaitu Allah, santri juga memiliki pengharapan yang besar terhadap Al-Qur'an sebagai kitab dari agama yang dianut mampu untuk menjadi sumber tuntunan kehidupan. Hal ini menjadikan santri memiliki keteguhan untuk menghafalkan Al-Qur'an. Penjabaran diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, memiliki kesesuaian dengan dimensi ideologi dalam teori religiusitas yang dikemukakan oleh Glock dan Stark, yang meliputi keyakinan, pengharapan dan pengakuan atas kebenaran dalam doktrin agama yang dianut.

#### **c) Dimensi Perasaan (*feeling*)**

Pada dimensi ini santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember mampu menyadari akan perasaan yang ditimbulkan mengenai agama yang dianut. Ibadah yang dilakukan secara terus-menerus menjadikan santri semakin yakin akan agama yang dianut, santri memiliki perasaan bahwa segala hal yang dialami oleh mereka merupakan anugerah dari Allah. Selain itu, santri merasakan adanya perasaan tenang setelah melakukan ibadah. Santri memiliki perasaan yakin bahwa Allah akan membantu memberikan jalan keluar atas segalanya termasuk permasalahan yang tengah dihadapi. Santri juga memiliki perasaan tanggung jawab atas ibadah yang dilakukan. Hal tersebut akan menjadikan individu terhindar dari perasaan gelisah dan gusar, sehingga emosional individu menjadi stabil dan *psychological well-being* dapat terjaga, dikarenakan perasaan tenang yang timbul setelah melakukan ibadah. Penjabaran diatas dapat disimpulkan bahwa santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, memiliki kesesuaian dengan dimensi perasaan (*feeling*) pada teori religiusitas yang digagas oleh Glock dan Stark, yang meliputi komunikasi dengan Tuhan dan mempercayai akan adanya hal baik dan buruk adalah kuasa Tuhan.

#### **d) Dimensi Konsekuensial**

Pada dimensi ini ditemukan bahwa santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, mengalami konsekuensi atau akibat dari apa yang mereka dalam hal agama. Individu memiliki kesadaran akan konsekuensi yang harus diterima, sehingga individu dapat menerima keadaan



yang mereka alami. Individu sadar jika mereka lali dalam menjalankan ibadah, akan mendapatkan dosa. Tidak hanya itu, konsekuensi memilih masuk pesantren yang mengharuskan untuk jauh dari keluarga, hidup mandiri dan mematuhi semua aturan pesantren., dan kegiatan keagamaan maupun kegiatan sekolah umum yang sangat padat. Namun, juga konsekuensi memilih untuk ikut dalam kegiatan tahfidz Al-Qur'an yakni memiliki kegiatan yang padat dibandingkan santri lainnya, namun mereka tetap melakukan aktivitas dengan baik. Penjabaran diatas dapat disimpulkan bahwa santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, sesuai dengan dimensi konsekuensial pada teori religiusitas digagas oleh Glock dan Stark, yang meliputi sebab-akibat keyakinan yang berkaitan dengan keagamaan, pengalaman serta pengetahuan keagamaan.

**e) Dimensi Pengetahuan Agama**

Pada dimensi ini santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember memiliki pengetahuan dan wawasan mengenai agama yang dianut. Santri dapat menyebutkan definisi agama yang dianut, kitab suci, maupun tradisi-tradisi yang terdapat didalam agama. Santri dalam aspek ini memiliki cara untuk meningkatkan pengetahuan keagamaan yang beragam selain dari diniyah yang merupakan kegiatan sekolah keagamaan wajib di pesantren. Penjabaran diatas dapat disimpulkan bahwa santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, memiliki kesesuaian dengan dimensi pengetahuan agama pada teori religiusitas yang digagas oleh Glock dan Stark, yang meliputi pengetahuan tentang agama dan kitab suci, serta harapan pada agama.

**Psychological Well-Being Santri Putri Program Tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember**

Sesuai dengan data yang dapat disimpulkan oleh peneliti di lapangan bahwa individu dalam religiusitas berasa dalam beberapa dimensi untuk membentuk peningkatan *psychological well-being*, sebagai berikut:

**a) Aspek Penerimaan Diri (Self Acceptance)**

Dalam aspek ini ditemukan bahwa dalam penerimaan diri, santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, memiliki adaptasi dan penyesuaian diri yang berbeda-beda, seperti waktu dan memiliki kesulitan yang berbeda. Santri sebagai subjek penelitian dalam aspek ini tentunya akan mencari jalan keluar sebagai cara untuk dapat beradaptasi dan menyesuaikan diri sehingga dapat dapat menerima diri. Cara yang dilakukan juga berbeda-beda. Strategi yang digunakan oleh santri dalam mengatasi hal tersebut yakni membagi waktu dengan baik, cara ini bertujuan agar santri tidak merasakan kesulitan dan ketidak nyamanan karena perpindahana dari lingkungan di

rumah dan di pesantren yang berbeda. Hal ini juga akan membantu santri dalam melakukan kegiatan dengan tepat waktu dan tidak melanggar aturan pesantren. Santri juga mencari kenyamanan daalam lingkungan yang baru dengan bersosialisasi atau membangun relasi, sehingga hal ini dapat mendukung proses santri dalam penerimaan diri.

Kemudian, pada aspek ini ditemukan bahwa sebelumnya NA dan AR sebagai subjek penelitian sebelumnya memiliki kesulitan dalam aspek ini seperti kesulitan dalam beradaptasi, menyesuaikan diri dengan kegiatan pesantren, dan tidak mudah untuk bersosialisasi. Akan tetapi setelah itu NA dan AR mampu untuk beradaptasi, menyesuaikan diri dan bersosialisasi meskipun membutuhkan waktu yang cukup lama, Sedangkan AG sebagai subjek penelitian tidak memiliki kesulitan dalam aspek ini. Santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember pada subjek penelitian NA dan AR merasakan kesulitan untuk merima diri dan memerlukan waktu. Kemudian, AG santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember sebagai subjek penelitian tidak merasakan kesulitan dalam tahap aspek penerimaan diri.

Penjabaran diatas dapat disimpulkan bahwa santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, secara keseluruhan memiliki kesesuaian dengan aspek penerimaan diri oleh Ryff dalam teori *psychological well-being* yang meliputi mengevaluasi, menerima keadaan diri, dan kesadaran akan keterbatasan diri. Meskipun satu dari subjek penelitian kurang memiliki kesesuaian dalam aspek ini.

#### **b) Hubungan Positif Orang Lain (*Positive Relationship With Others*)**

Dimensi ini ditemukan bahwa santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember memiliki relasi yang positif terhadap sesama manusia. Santri yang berada dalam tahap ini berusaha untuk membangun jalinan hubungan baik dengan orang lain. Membangun relasi yang positif terhadap sesama manusia dengan cara bersosialisasi agar akrab dan hubungan baik dapat terjalin. relasi yang positif terhadap sesama manusia juga didapatkan dari kecocokan terhadap lingkungan, meskipun terkadang dapat mengalami ketidakcocokan terhadap lingkungan. Hal ini hanya memerlukan waktu dan pembiasaan diri untuk menyesuaikan diri. Aspek ini juga ditunjang oleh pesantren dengan adanya kegiatan yang rutin dilakukan setiap malam minggu yaitu curhat santri yang biasanya didampingi oleh ustadzah. Kegiatan ini merupakan suatu hal yang dalam menunjang terjalinnya hubungan baik antara santri dan santri maupun antar santri dan ustadzah. Pada aspek ini santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, memiliki keberhasilan dalam membantu relasi yang positif terhadap sesama manusia yang dapat dipergunakan untuk lingkungan dapat menerima keberadaan santri

juga. Sebelumnya secara keseluruhan subjek penelitian telah mampu untuk membangun relasi yang positif terhadap sesama manusia, namun diperkuat pada subjek penelitian yang berada di lingkungan baru yaitu pesantren. Setelah itu, subjek penelitian semakin kuat dalam menjadin hubungan baik dengan orang lain. Penjabaran diatas dapat disimpulkan bahwa santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, secara keseluruhan memiliki kesesuaian dengan aspek relasi yang positif terhadap sesama manusia (*positive relationship with others*) pada teori *psychological well-being* yang dikemukakan oleh Ryff, yang meliputi pengelolaan hubungan interpersonal yang baik, dan kepercayaan terhadap orang lain.

### **c) Aspek kemandirian (*autonomy*)**

Dalam aspek ini ditemukan bahwa santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember pada awalnya tidak mampu untuk mandiri. Seperti tidak mampu untuk mengelola waktu untuk kegiatan pesantren dan ahfidz Al-Qur'an, dan menyelesaikan masalah. Namun seiring berjalannya waktu subjek penelitian mengalami kemandirian setelah tinggal di pesantren, selain itu santri juga dituntut dalam mempertanggung jawabkan segala sesuatu yang berkaitan dengan dirinya. Dalam hal ini santri tidak hanya mandiri dalam hal melakukan pekerjaan rumah untuk dirinya sendiri, namun santri mampu mengambil keputusan dan tindakan dalam melakukan sesuatu atau menyelesaikan suatu permasalahan. Sehingga dalam hal ini, santri telah membangun kemandirian kepada dirinya. Dalam aspek ini, santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, memiliki perbedaan sebelum dan sesudah masuk pesantren. Perbedaan yang dimaksud adalah dapat melaksanakan kehidupan dengan potensinya masing-masing, dapat membagi waktu untuk berbagai kegiatan, bertanggung jawab akan diri sendiri dan tugas yang dimiliki, serta mampu untuk menyelesaikan permasalahan yang ada secara mandiri.

Penjabaran diatas dapat disimpulkan bahwa santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, secara keseluruhan memiliki kesesuaian dengan aspek kemandirian (*autonomy*) pada teori *psychological well-being* yang dikemukakan oleh Ryff, yang meliputi melakukan dan mengarahkan perilaku sendiri, serta kemampuan dalam menyelesaikan suatu tekanan yang dialami.

### **d) Aspek Penguasaan Lingkungan (*environmental mastery*)**

Pada dimensi ini santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, dapat menguasai lingkungan secara perlahan-lahan. Santri NA dan AR sulit dalam berbaur dengan lingkungan baru, namun NA dan AR cara agar dapat menguasai lingkungan seperti menerima hal-hal baru dan bersosialisasi atau berbaur dalam lingkungan dan mengamati lingkungan.



Sedangkan untuk AG tidak begitu mengalami kesulitan dalam aspek ini. Selain itu, santri juga mengalami perubahan positif pada dirinya seperti dapat beresialisasi, mudah berbaur, menerima hal-hal baru, rajin beribadah dan sering membaca Al-Qur'an. Dalam aspek ini santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, memiliki perbedaan sebelum dan sesudah masuk pesantren.

Penjabaran diatas dapat disimpulkan bahwa santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, secara keseluruhan satu diantara tiga subjek penelitian yakni AG memiliki kesesuaian dengan aspek penguasaan terhadap lingkungan (*environmental mastery*) dan satu diantara tiga subjek penelitian yakni NA dan AR sedikit tidak memiliki kesesuaian pada teori *psychological well-being* yang dikemukakan oleh Ryff, yang meliputi kemampuan untuk memodifikasi lingkungan agar dapat memenuhi kebutuhan dan tuntutan dalam hidup yang tengah dijalani.

#### **e. Aspek Tujuan Hidup (*Purpose In Live*)**

Dalam aspek ini santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, berhasil untuk memiliki pandangan kedepan untuk kehidupannya, yang berarti santri telah mampu untuk memiliki tujuan dan arti hidup. Santri juga menjadikan pengalaman yang dimiliki sebagai pembelajaran kehidupan. Dalam hal ini ditemukan juga bahwa santri memiliki kepuasan dalam hidup dan kurang memiliki kepuasan hidup. Sehingga santri memiliki harapan dan tujuan hidup di masa depan.

Secara keseluruhan tiga subjek penelitian yakni santri putri program tahfidz Al-Qur'an sebelum di pesantren kurang dalam mempunyai arah dan arti kehidupan. Namun setelah di pesantren santri merasakan adanya perubahan yakni memiliki tujuan hidup yang harus dicapai dan dapat memiliki arti hidup.

Penjabaran diatas dapat disimpulkan bahwa santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, secara keseluruhan memiliki kesesuaian dengan aspek tujuan hidup (*purpose in live*) pada teori *psychological well-being* yang dikemukakan oleh Ryff, yang meliputi kemampuan untuk memiliki arti hidup dan tujuan dalam hidup yang dijalani, baik dalam cita-cita maupun keinginan, sehingga dapat memiliki perasaan yang terarah dalam menjalani kehidupan.

#### **f) Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)**

Dalam aspek ini ditemukan bahwa sebelum kurang dapat untuk sadar akan pertumbuhan pribadi untuk megembangkan diri ke arah yang positif. Namun sesudah di pesantren santri mampu untuk menyadari pertumbuhan pribadi untuk megembangkan diri ke arah yang positif dan memiliki pengembangan diri yang baik dengan berbagai cara yang berbeda-beda untuk mengembangkan diri. Dalam hal ini dapat diartikan bahwa santri yang telah berhasil pada aspek ini

tidak ingin untuk berhenti berkembang dan mengembangkan diri agar tetap tumbuh. Ketika santri sudah mampu untuk dalam aspek ini tentunya akan menyadari perubahan terjadi pada dirinya untuk mengembangkan diri kearah yang positif, sehingga santri dapat merasakan pertumbuhan diri yang terjadi dengan tepat.

Penjabaran diatas dapat disimpulkan bahwa santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember, secara keseluruhan memiliki kesesuaian dengan aspek pertumbuhan pribadi (*personal growth*) pada teori *psychological well-being* yang dikemukakan oleh Ryff, yang meliputi kemampuan untuk mengembangkan dan mempertahankan kemampuan yang dimiliki, serta memiliki tindakan untuk terwujudnya kemampuan yang dimiliki dalam diri sebagai perkembangan pribadi.

Dari data yang terkumpul, menjelaskan bahwa *psychological well-being* memegang peranan penting dalam perkembangan individu. Sebagian besar subjek penelitian menunjukkan tingkat *psychological well-being* yang cukup baik, memenuhi enam dimensi utama: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Namun, dari tiga informan, NA dan AR, memiliki kesulitan pada aspek penerimaan diri seperti sulit berosialisasi dan beradaptasi dengan mudah. Mereka juga mengalami kesulitan dalam menguasai lingkungan baru. Peningkatan *psychological well-being* subjek penelitian mendapatkan pengaruh dari berbagai faktor lingkungan, termasuk religiusitas.

Dimensi religiusitas seperti praktik agama, ideologi, perasaan, konsekuensial, dan pengetahuan agama mempunyai peran yang krusial dalam mendukung peningkatan *psychological well-being* subjek penelitian. Dengan adanya keterkaitan antara religiusitas, dimensinya, *psychological well-being*, dan dimensinya, subjek dapat mengembangkan diri dengan optimal dalam kondisi psikologis yang baik.

## Simpulan

Berdasarkan kajian teori yang dicantumkan oleh peneliti dalam penulisan penelitian ini dilanjutkan dengan disajikannya data beserta analisis penjabarannya, maka penelitian ini dapat disimpulkan bahwa santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember memenuhi lima indikator dimensi religiusitas menurut teori Glock dan Stark. Indikator tersebut mencakup dimensi praktik agama (*ritualistik*), dimensi ideologi, dimensi perasaan (*feeling*), aspek konsekuensial, dan pengetahuan agama. Namun, dari tiga informan, NA dan AG masih kurang dalam dimensi praktik agama (*ritualistik*) karena melewatkan waktu sholat, sementara AR juga masih kurang dalam dimensi tersebut karena melakukan ghosab barang orang lain.

Meskipun demikian, ketiganya memiliki kesadaran diri dan upaya untuk tidak mengulangi perbuatan buruk. Santri putri program tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember juga menunjukkan peningkatan *psychological well-being* yang positif dan dapat mencakup enam indikator dimensi *psychological well-being* menurut teori Ryff. Namun, NA dan AR memiliki kesulitan dalam aspek penerimaan diri seperti sulit berorientasi dan beradaptasi dengan mudah, serta dalam penguasaan terhadap lingkungan yang membutuhkan waktu yang tidak sedikit untuk menguasainya saat berada di lingkungan baru.

### Daftar Pustaka

- Adnan Mahdi, (2013). Sejarah Dan Peran Pesantren Dalam Pendidikan Di Indonesia, *Jurnal Islamic Review : JIE* II, no.1.
- Adhyatman Prabowo, (2016). Kesejahteraan Psikologis Remaja Di Sekolah, *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, vol 04, no. 02
- Af, "Total 620 piala di bulan Maret 2022, Prestasi Santri Nuris Gaspol", diakses pada 13 November 2023 <https://pesantrennuris.net/2022/03/total-620-piala-di-bulan-maret-2022-prestasi-santri-nuris-gaspol/>
- Azalia, Muna, Rusdi, (2018). "Kesejahteraan Psikologis Pada Jemaah Pengajian Ditinjau Dari Religiusitas Dan Hubbud Dunya". *Psikis : Jurnal Psikologi Islami* 4, no. 1
- Deviena, Umari, Khadijah, (2023). "Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*) Remaja. *Jurnal Pendidikan Konseling*": Universitas Pahlawan Tuanku Tmbusai. Vol. 5, No. 1
- Estikomah, Sahrah, (2019). "Pengaruh Persepsi Pengembangan Karier Terhadap Kesejahteraan Psikologis Polisi Wanita Di Mapolda DIY", *Buku 2 : Sosial dan Humaniora Prosiding Seminar Nasional Ke 2*.
- Fajar, " Ini 5 Pesantren Terbaik Paling Rekomended di Jember", *Nyantri*, diakses 9 September 2023, <https://nyantri.republika.co.id/news/1652919517/Ini-5-Pesantren-Terbaik-Paling-Rekomended-di-Jember>
- Hafidz, (2019). "Pelaksanaan Program Tahfidz Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Ar-Riyadh 13 Ulu Palembang". Skripsi : UIN Raden Fatah Palembang.
- Hidayah, (2016). "Strategi Pembelajaran Tahfidz Al-Qur'an Di Lembaga Pendidikan". *Jurnal Ta'allum* 04, no. 2.
- Hidayati, (2021). "Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa", *Indonesian Journal Of Humanities And Socual Sciences* 2, No. 3
- Kusumastuti, Rohmatun, (2018). "Hubungan Antara Religiusitas Dengan Keber-

- maknaan Hidup Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) Kelas 1 Semarang". Jurnal Proyeksi 12, no. 2
- Mushaf Aisyah, (2010). "Al-Qur'an dan Terjemah untuk Wanita". Bandung: Penerbit Jabal.
- Moleong, Lexy, (2019). "Metodologi penelitian Kualitatif. Bandung": PT. Remaja Rosdakarya
- Nugrahaini, Farida, (2014). "Metode Penelitian Kualitatif Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa". Surakarta.
- Rahmah, Lisnawat, (2018). "Kesejahteraan Psikologis Ditinjau Dari Spritualitas Siswa Di Lembaga Pendidikan Berbasis Agama Pesantren Dan Non Pesantren", Jurnal Psikologi Integratif : Prodi Psikologi UIN Sunan Kalijaga, vol 6, no. 2.
- Ramadhani, Djuanaedi, Sismiati, (2016). "Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well Being) Siswa Yang Orang Tuanya Bercerai (Studi Deskriptif yang Dilakukan Pada Siswa di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta)", Insight: Jurnal Bimbingan Konseling 5, No.1.
- Rizati, "Ada 164 Juta Santri di Indonesia Terbanyak di Jawa Timur", DataIndonesia.id, 20 Februari 2023, <https://dataindonesia.id/ragam/detail/ada-164-juta-santri-di-indonesia-terbanyak-di-jawa-timur>
- Rohayani, Anwar, Hajijah, (2022) "Stress Akademik, Religiusitas Dan Psychological Well Being Pada Remaja Di Pesantren Raudhatul Irfan", Psychopedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang 7, no. 1.
- Sugiyono, (2022). "Metode Penelitian Kualitatif", dan R&D, Bandung: Alfabeta.
- Surya, Asih, Suryaningsih, "Hubungan Tingkat Stress Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasantri Di Pondok Pesantren Syafi'ur Rohman Wilayah Sumbersari Jember. <http://repository.unmuhjember.ac.id/4962/12/L.%20ARTIKEL.pdf>.
- Tim Penyusun, (2021). Pedoman Penulisan Karya Ilmiah (Jember : UIN KHAS Jember Press.