

PENDAHULUAN

Salah satu tempat penting untuk remaja belajar pengetahuan baru dan hal-hal yang berbeda adalah sekolah. Selama menempuh pendidikan tentunya sekolah memiliki pengaruh yang besar untuk kehidupan siswa, karena sebagian besar waktu siswa dihabiskan di sekolah. Berbagai pengaruh yang didapatkan tidak hanya dari teman sebaya, guru, tetapi juga dari para pekerja dan orang lain yang berada di tempat mereka menempuh pendidikan tersebut. Termasuk juga sekolah yang berbasis agama Islam yang banyak di diminati oleh para orang tua, yaitu *boarding school* (asrama). Berdasarkan data dari Kementrian Agama Republik Indonesia, jumlah pondok pesantren di Indonesia tercatat 26.974 yang tersebar di 34 provinsi, mulai Aceh sampai dengan Papua Barat. Dengan jumlah keseluruhan santri sebanyak 2.556.201 santri. Adapun jenjang pendidikannya lebih banyak setaraf Sekolah Menengah Pertama dan Sekolah Menengah Atas.

Sekolah dengan sistem asrama merupakan salah satu sekolah yang mewajibkan siswanya untuk tinggal di asrama selama dua puluh empat jam. Sehingga, mereka hanya bisa berinteraksi dengan teman-teman sebaya dan gurunya setiap hari. Selain itu, padatnya aktivitas yang harus dijalani oleh siswa pada sekolah dengan sistem asrama juga tak jarang beberapa siswa yang merasa tertekan, sehingga muncul rasa bosan bahkan putus asa serta keinginan untuk menyerah dengan padatnya kegiatan yang harus dijalani (Prasetyaningrum, 2022). Permasalahan lain yang juga dihadapi oleh para siswa di Sekolah dengan sistem asrama yaitu adanya perasaan terkekang kebebasannya, sehingga beberapa siswa merasa tidak betah hidup dalam pondok sekolah dengan sistem asrama. Hal ini berdampak pada menurunnya kesejahteraan para siswa (Revelia, 2019).

Berdasarkan survei yang dilakukan di pondok pesantren *modern* Assalam ditemukan bahwa dari 150 siswa terdapat 36% siswa merasa tidak nyaman, 38% sulit beradaptasi dan 44% karena permintaan orang tuanya, sementara itu survei siswa di sekolah asrama Madrasah Aliyah Negeri 1 Surakarta menunjukkan bahwa dari 68

siswa sebanyak 19% siswa kurang nyaman, 31% siswa sulit beradaptasi dan 21% berada di asrama atas permintaan orang tuanya. Hasil survei ini menunjukkan bahwa terdapat berbagai kondisi yang menyebabkan siswa belum merasa nyaman dan sejahtera ketika berada di lingkungan pondok pesantren maupun asrama.

Kesejahteraan menurut Ryff (1989) adalah suatu keadaan saat individu mampu menerima dirinya, memiliki kemandirian pada tekanan dalam hidupnya, mampu membentuk hubungan hangat dengan orang lain, mampu mengontrol lingkungan, memiliki tujuan hidup dan mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu. Pendapat lain dari Maryam (2013) dalam tesisnya menyatakan bahwa kesejahteraan adalah pencapaian penuh dari potensi psikologi seseorang dan suatu keadaan individu yang dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya.

Ryff (1989), mengemukakan faktor yang mempengaruhi kesejahteraan seseorang yaitu faktor demografis seperti usia, status sosial ekonomi, jenis kelamin, dan budaya. Faktor lainnya adalah dukungan sosial yang berupa rasa nyaman, perhatian dan pertolongan yang diberikan oleh lingkungan sekitar. Dan faktor yang terakhir dan dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang yaitu evaluasi terhadap pengalaman hidup, yaitu sebuah penilaian terhadap pengalaman hidupnya dimasa lalu yang dijadikan pelajaran dan pertimbangan untuk melakukan sesuatu.

Pendapat lain dari Maryam (2021) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan yaitu: (1) Status sosial ekonomi, meliputi tingkat pendidikan, besar penghasilan dan status sosial di masyarakat. (2) Jaringan sosial, meliputi aktivitas sosial, perkumpulan, keanggotaan dalam organisasi sosial. (3) Kompetensi pribadi, adalah kemampuan dan kelebihan yang dimiliki yang dapat digunakan dalam keseharian. (4) Kepribadian, ialah kemampuan pribadi dan sosial seperti penerimaan diri, coping stress, resiliensi dan menjalin hubungan baik dengan orang sekitar. Setiap individu pasti memiliki kepribadian yang mengacu pada ketekunan dan semangat untuk mencapai tujuan jangka panjang atau biasa disebut dengan *grit*. (5) Religiusitas, berkaitan dengan hubungan kepada Tuhan dalam

persoalan sehari-hari. Individu dengan religiusitas tinggi dapat memberikan makna pada setiap kejadian dalam hidupnya. (6) Jenis kelamin, yang dapat mempengaruhi kemampuan coping stress. Wanita lebih mampu mengekspresikan perasaannya untuk menurunkan stresnya dibanding laki-laki. Wanita juga lebih mampu menjalin hubungan baik dengan orang sekitar

Menurut Ryff (1989), aspek-aspek kesejahteraan terdiri dari enam dimensi, diantaranya yaitu: (1) Penerimaan diri (*self-acceptance*) yaitu kemampuan seseorang untuk menerima aspek positif maupun negatif dari dirinya sendiri. (2) Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*) yaitu menciptakan interaksi antar pribadi yang saling mendukung kehidupan kita. (3) Autonomi (*autonomy*) yaitu menyoroti pentingnya kebebasan dalam membuat keputusan dan mengelola hidup kita secara mandiri. (4) Penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) yaitu kemampuan untuk mengatasi tugas sehari-hari dan tantangan lingkungan dengan efektif. (5) Tujuan hidup yang bermakna (*purpose in life*) yaitu fokus pada pentingnya memiliki arah dan motivasi dalam hidup. (6) Pertumbuhan pribadi (*personal growth*) yaitu menekankan pentingnya usaha untuk terus berkembang dan meningkatkan potensi diri melalui pembelajaran dalam pengalaman hidup.

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan adalah dukungan sosial. Sarafino (2002) menjelaskan dukungan sosial termanifestasi dalam beberapa konstruk, yang mencakup perhatian, penghargaan, dan kenyamanan, serta pertolongan yang diterima oleh individu. Dimensi dukungan sosial terdiri atas 1) dukungan emosional (*Emotional support*), 2) dukungan informasional (*Informational support*), 3) dukungan instrumental (*Instrumental support*), dan 4) dukungan persahabatan (*Companionship support*) (Simanjuntak & Sulistyalningsih, 2019). Pendapat lain dari Zimet (1988) dukungan sosial dipersepsikan sebagai cara individu dalam menafsirkan sumber dukungan yang berasal dari orang yang signifikan atau orang terdekat yang memiliki kontak dengan keseharian individu seperti keluarga dan

teman. Zimet (1988) juga menjelaskan bahwa aspek dari dukungan sosial, yaitu dukungan keluarga, dukungan teman, dan dukungan dari orang yang istimewa.

Hasil penelitian Sardi & Alyrizal (2020) yang berjudul Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *Subjective Well-Being* Pada Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren SMA Ali Maksum Yogyakarta, menemukan hasil bahwa ada pengaruh positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* dengan besarnya nilai signifikansi sebesar 0,00 ($< 0,05$) dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,306. Hal ini menunjukkan bahwa artinya dukungan sosial teman sebaya secara positif memprediksi *subjective well-being* pada remaja. Selain faktor dukungan sosial yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis, pada penelitian sebelumnya menemukan bahwa *grit* dapat meningkatkan kesejahteraan.

Menurut Duckworth (2007) *grit* merupakan kecenderungan untuk mempertahankan ketekunan dan semangat atau keinginan yang besar dalam mengejar tujuan jangka panjang. Pada penjelasan lainnya, Duckworth mengatakan jika *grit* mencakup kemampuan pengendalian diri dan kesadaran untuk mempertahankan dalam mencapai tujuan yang mungkin membutuhkan waktu berbulan-bulan atau bahkan lebih lama untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Penelitian yang dilakukan oleh Badi'ah (2021) dengan judul Peran *Grit* pada *subjective well-being* (SWB) Siswa Madrasah Aliyah di Pesantren menemukan bahwa terdapat hubungan positif antara *grit* dengan *subjective well-being* pada siswa Madrasah Aliyah (MA) di pesantren dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($< 0,05$) dan nilai korelasi pearson sebesar 0,360. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *grit* dengan SWB pada siswa Madrasah Aliyah di pesantren dengan tingkat korelasi bersifat rendah, semakin tinggi *grit*, maka semakin tinggi pula SWB siswa MA di pesantren.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menemukan bahwa sekolah dengan sistem asrama yang mewajibkan siswanya untuk tinggal di asrama selama 24 jam, tak jarang beberapa siswa yang merasa tertekan, sehingga muncul rasa bosan bahkan putus asa

serta keinginan untuk menyerah dengan padatnya kegiatan yang harus dijalani. Selain itu, adanya perasaan terkekang kebebasannya, membuat beberapa siswa merasa tidak betah hidup dalam pondok sekolah dengan sistem asrama. Hal ini berdampak pada menurunnya kesejahteraan para siswa. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kesejahteraan siswa di sekolah asrama dilihat dari dukungan sosial dan *grit* melalui sebuah penelitian dengan judul hubungan dukungan sosial dan *grit* dengan kesejahteraan siswa di sekolah asrama, mengingat pentingnya kesejahteraan untuk siswa di sekolah asrama.

Menurut penjelasan di atas maka rumusan masalah pada penelitian ini, apakah dukungan sosial dan *grit* memiliki hubungan dengan kesejahteraan siswa di sekolah asrama, adakah hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan siswa di sekolah asrama, dan adakah hubungan *grit* dengan kesejahteraan siswa di sekolah asrama. Tujuan pada penelitian ini untuk menguji adanya hubungan dukungan sosial dan *grit* dengan kesejahteraan siswa di sekolah asrama, menguji adanya hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan siswa di sekolah asrama, menguji adanya hubungan *grit* dengan kesejahteraan siswa di sekolah asrama, serta untuk mengetahui sumbangan efektif tiap variabel *independent* terhadap variabel *dependent*.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah hipotesis mayor terdapat hubungan antara dukungan sosial dan *grit* dengan kesejahteraan siswa di sekolah asrama. Sedangkan hipotesis minor terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan siswa di sekolah asrama dan terdapat hubungan positif antara *grit* dengan kesejahteraan siswa di sekolah asrama.

Manfaat teoritis menambah sumbangan positif terhadap ilmu pengetahuan dalam hal hubungan antara dukungan sosial dan *grit* dengan kesejahteraan pada siswa dan dapat dipergunakan pertimbangan serta acuan bagi penelitian selanjutnya. Manfaat praktis, a) menambah pengetahuan penelitian dalam hal kesejahteraan khususnya tentang dukungan sosial dan *grit*, b) bagi penelitian lain hasil dari

penelitian ini bisa dijadikan tambahan referensi ataupun bahasan kepustakaan dalam melakukan penelitian sejenis.