

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pondok merupakan asrama tempat tinggal para santri, yang pada awalnya dibangun sederhana dari bahan bambu. Kata ini memiliki kesamaan dengan istilah dalam bahasa Arab *funduq* yang berarti hotel atau asrama. Sementara itu, istilah *pesantren* berasal dari kata *santri* yang kemudian diberi imbuhan *pe-* di awal dan *-an* di akhir, sehingga bermakna “tempat bagi para santri” (Avivah Rahma Dini et al., 2025). Berdasarkan Direktur Jenderal IKMA Kemenperin, Reni Yanita, menyampaikan bahwa berdasarkan data Kementerian Agama hingga semester II tahun 2023, terdapat sekitar 39.167 pondok pesantren di Indonesia yang tersebar di seluruh provinsi dengan jumlah santri mencapai 4,85 juta jiwa. Angka tersebut menunjukkan skala yang sangat besar, sehingga dapat dipandang bahwa keberadaan santri dalam jumlah tersebut merupakan aset penting bagi bangsa Indonesia (Al Hamid, 2024).

Penghuni pondok pesantren secara umum adalah remaja dan masa remaja awal biasanya dialami oleh anak yang duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama, yaitu sekitar usia 11 hingga 15 tahun. Pada tahap ini, menurut Kartono, remaja cenderung memiliki emosi yang tidak stabil sehingga perasaan mereka mudah berubah-ubah, seperti cepat marah, sedih, atau gembira secara berlebihan. Selain itu, mereka juga sering menghadapi berbagai persoalan baik yang berkaitan dengan diri sendiri, teman sebaya, maupun lingkungan keluarga. Masa ini juga disebut sebagai masa kritis karena remaja sedang berada dalam proses pencarian identitas diri, sehingga rentan dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya (Dewi Rahayu et al., 2024).

Pada tahap ini remaja sering merasa kurang percaya diri, ragu terhadap kemampuan diri sendiri, bahkan merasa tidak berharga dibandingkan dengan orang lain. Mereka juga mulai mengembangkan banyak pikiran baru, sering berimajinasi, gelisah, suka berkhayal, bahkan memilih menyendiri. Dari sisi perkembangan kognitif, pada usia 11–12 tahun, remaja mulai menunjukkan sifat egosentris, yakni mereka percaya bahwa orang lain memperhatikan diri mereka sebesar mereka memperhatikan diri sendiri. Memasuki usia 15–16 tahun, egosentrisme ini semakin berkembang sehingga remaja merasa dirinya unik dan berbeda dari orang lain, serta kerap kesulitan menerima masukan dari orang di sekitarnya (Dewi Rahayu et al., 2024).

Perkembangan moral pada masa remaja juga mengalami perubahan yang cukup signifikan. Moral berkaitan dengan aturan serta nilai yang mengatur bagaimana seseorang berperilaku dalam hubungannya dengan orang lain. Pada tahap ini, remaja mulai belajar mempertimbangkan aturan untuk bersikap sesuai etika, memutuskan tindakan dalam situasi nyata, serta menanggapi perasaan mereka terhadap masalah moral, misalnya perasaan bersalah, malu, atau bangga setelah melakukan suatu perbuatan (Dewi Rahayu et al., 2024).

Dengan demikian, masa remaja awal dan akhir merupakan fase yang penuh tantangan begitu juga pada santri, baik dari segi emosional, sosial, kognitif, maupun moral. Ketidakstabilan emosi, ketertarikan pada lawan jenis, kurangnya rasa percaya diri, hingga munculnya egosentrisme dan pencarian identitas diri, semuanya menjadi ciri khas perkembangan yang harus dipahami agar remaja dapat diarahkan dengan tepat menuju kedewasaan (Dewi Rahayu et al., 2024).

Santri yang hidup di pondok pesantren harus mengikuti aturan dan larangan yang ketat, seperti tidak boleh keluar lingkungan pondok, tidak berinteraksi dengan lawan jenis, serta dilarang menggunakan handphone. Bagi sebagian santri, kondisi ini menimbulkan rasa tertekan dan ketidaknyamanan sehingga mereka kesulitan untuk menerima kehidupan pesantren. Proses adaptasi dari lingkungan keluarga menuju kehidupan mandiri di asrama juga tidak selalu berjalan mulus. Banyak santri yang mengalami kesulitan belajar karena membutuhkan waktu penyesuaian. Tekanan ini dapat memunculkan masalah seperti depresi, yang ditandai dengan muncul masalah konsep diri seperti rendah diri, kehilangan minat terhadap aktivitas, perubahan pola tidur dan makan, mudah tersinggung, serta sulit berkonsentrasi. Permasalahan tersebut semakin diperparah oleh faktor internal seperti perubahan hormon pada masa remaja maupun faktor eksternal berupa tekanan sosial di lingkungan pesantren (Hudaf, 2023).

Konsep diri bukanlah sesuatu yang muncul secara tiba-tiba maupun bawaan sejak lahir, melainkan terbentuk melalui proses belajar sejak seseorang mulai mengenal lingkungannya dan mempelajari banyak hal tentang kehidupan dirinya. Ada beberapa faktor yang memengaruhi konsep diri, di antaranya adalah persepsi diri sendiri (*self-perception*) dan orang-orang terdekat atau penting dalam hidup individu (*significant others*), seperti orang tua, teman sebaya, maupun pengasuh di pondok (Litaqia, 2022).

konsep diri anak terbentuk karena beberapa faktor, antara lain pengalaman, kompetensi, dan aktualisasi diri. Pengalaman menjadi faktor penting dalam membentuk konsep diri individu karena berkaitan dengan motivasi dan tujuan hidup yang mendukung

pengembangan dirinya. Sementara itu, kompetensi dan aktualisasi diri juga berperan mendasar dalam membentuk konsep diri positif, yang ditandai dengan keterampilan berinteraksi secara baik, kemampuan menyelesaikan masalah, serta kecakapan dalam menghadapi berbagai tantangan (Litaqia, 2022).

Dampak konsep diri negatif dapat memunculkan interaksi sosial yang kurang baik. Kondisi ini terlihat dari adanya siswa yang cenderung menutup diri, sangat berhati-hati dalam berbicara, merasa berbeda dengan teman lainnya, mudah tersinggung atau marah, serta mengalami kesulitan menyesuaikan diri hingga akhirnya terisolasi. Adanya pengaruh signifikan antara konsep diri dan interaksi sosial sebesar 54,1%. Artinya, semakin positif konsep diri seorang peserta didik, semakin baik pula kualitas interaksi sosial yang mampu ia bangun (Zulfadiani et al., n.d.).

Hasil survei terhadap 30 remaja di sejumlah sekolah menengah di Kota Pekanbaru menunjukkan bahwa 60% responden sering merasakan kecemasan dan tekanan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, separuh dari mereka mengaku memiliki harga diri rendah serta merasa kurang berharga dibandingkan dengan teman sebayanya. Data yang diperoleh juga memperlihatkan bahwa 55% remaja mengalami kesulitan beradaptasi dengan perubahan sosial maupun lingkungan sekolah, sehingga berdampak negatif terhadap kesejahteraan emosional mereka (Sakinah & Habibi, 2024).

Permasalahan ini semakin kompleks ketika 45% responden menyatakan sering merasa tidak puas dengan dirinya sendiri dan memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Kondisi tersebut membuat mereka cenderung menghindari situasi sosial serta mengalami hambatan dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat. Temuan ini mengindikasikan bahwa kesejahteraan emosional remaja merupakan persoalan yang serius dan memerlukan perhatian khusus melalui intervensi yang dapat meningkatkan penerimaan diri, harga diri, serta kepercayaan diri agar mereka mampu menghadapi tantangan emosional maupun sosial yang ada (Sakinah & Habibi, 2024).

Kesejahteraan emosional merupakan aspek krusial dalam dunia pendidikan, yang mencakup kondisi psikologis individu terkait kemampuan mengenali, mengendalikan, dan mengekspresikan emosi secara sehat. Dalam ranah pendidikan, kesejahteraan emosional tidak hanya sebatas perasaan bahagia atau bebas dari tekanan, melainkan juga mencerminkan kemampuan peserta didik untuk beradaptasi dengan berbagai tuntutan dan tantangan belajar. Karena itu, kesejahteraan emosional dapat dipandang sebagai dasar penting bagi perkembangan karakter, aspek sosial, serta pencapaian akademik siswa (Fadhlan Mubarak & Yullys Helsa, 2025).

Penelitian oleh (Durlak et al., 2024) menunjukkan bahwa individu dengan kesejahteraan emosional yang baik cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah sekaligus ketahanan psikologis yang lebih kuat. Kesejahteraan emosional merupakan bagian penting dalam membentuk individu yang sehat secara mental maupun sosial. Dalam dunia pendidikan, kestabilan kesejahteraan emosional tidak hanya berperan dalam mendukung kelancaran proses pembelajaran, tetapi juga menjadi landasan dalam pembentukan karakter dan moral peserta didik. Peserta didik yang memiliki kondisi emosional yang baik akan lebih mampu mengendalikan stres, membangun hubungan sosial yang positif, serta menunjukkan motivasi belajar yang tinggi (Fadhlan Mubarak & Yullys Helsa, 2025).

Kesejahteraan emosional pada remaja dipengaruhi oleh beragam faktor, baik yang berasal dari dalam diri maupun dari lingkungan sekitarnya. Salah satu faktor penting adalah lingkungan keluarga. Dukungan yang diberikan oleh keluarga, terutama melalui hubungan yang harmonis dengan orang tua maupun anggota keluarga lainnya, dapat menumbuhkan rasa aman dan nyaman bagi remaja. Selain itu, tekanan dari lingkungan sekolah juga turut berperan. Tuntutan akademik dan adanya persaingan di sekolah sering kali menjadi sumber stres. Namun, remaja yang merasa mendapat dukungan dari guru maupun teman sekelas akan lebih mampu mengelola tekanan tersebut (bpmpp.uma, 2024).

Hubungan sosial dengan teman sebaya juga tidak kalah penting. Relasi yang baik dengan teman dapat memberikan dukungan emosional yang signifikan, sebab teman sebaya kerap menjadi tempat berbagi cerita maupun perasaan. Faktor lainnya adalah kondisi kesehatan fisik dan mental. Kesehatan tubuh yang baik dapat menunjang kesejahteraan emosional, sementara kesehatan yang buruk berpotensi memperburuk stres serta memunculkan emosi negatif (bpmpp.uma, 2024).

Berdasarkan studi pendahuluan santri di SMPIT Hidayah Boarding School pada 10 santri peneliti melakukan wawancara dan observasi. Dengan pertanyaan tentang konsep diri dan kesejahteraan emosional, disana mempunyai permasalahan yang beragam mulai dari permasalahan individu hingga permasalahan sosial, permasalahan seperti tidak bisa mengikuti teman sebaya nya hingga membuat kepercayaan diri nya berkurang ada juga permasalahan dengan diri nya sendiri yang tidak betah di pondok karena berbagai faktor seperti kurang siap nya untuk mondok atau karena lingkungan dan pertemanan nya, permasalahan senioritas antara adik kelas dengan kaka kelas, adapun permasalahan lainnya seperti santri yang memiliki masalah dengan temannya hingga terjadi perselisihan, perkelahian atau adu mulut. Hal hal yang seperti ini yang perlu di khawatirkan karna dapat

menimbulkan konsep diri negatif yang nantinya mempengaruhi kesejahteraan emosional pada santri.

Dalam studi pendahuluan yang peneliti lakukan ada juga program program yang menunjang kepribadian santri dari konsep diri hingga kesejahteraan emosional nya seperti melakukan POMG (komunikasi dengan orang tua wali) setiap bulan nya bersama wali kelas dan ustadz ustadzah nya, ada juga agenda agenda seminar atau sharing yang di adakan oleh ustadz ustadzah nya seperti mengundang alumni pondok lain untuk sharing tentang semangat sekolah ke luar negeri ada juga materi materi keagamaan dan umum lainnya serta ada kegiatan yang di luar program dari ustadz ustadzah nya seperti penyelesaian masalah santri yang bermacam macam dengan cermat cepat dan tepat.

Latar belakang diatas mendasari peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Konsep Diri dengan kesejahteraan emosional pada santri SMPIT Hidayah Boarding School klaten.

B. Rumusan Masalah

Kesejahteraan Emosional merupakan salah satu aspek penting yang memengaruhi kualitas hidup individu, termasuk pada kalangan santri di lingkungan *boarding school*. Santri sebagai bagian dari komunitas yang hidup dan belajar dalam system *boarding school*, diharapkan memiliki kesejahteraan emosional yang memadai agar dapat menjalankan aktivitas belajar dan kehidupan sehari-hari secara optimal. Salah satu faktor yang diduga berperan dalam membentuk kesejahteraan emosional tersebut adalah konsep diri. Konsep diri merupakan persepsi dan penilaian individu terhadap dirinya sendiri, yang dapat memengaruhi bagaimana seseorang mengatasi masalah, berinteraksi sosial, dan mengelola emosinya. Pada santri *boarding school*, konsep diri yang sehat diyakini dapat mendukung kesejahteraan emosional, sehingga penting untuk memahami hubungan antara kedua variabel tersebut.

Latar belakang dan fenomena yang terjadi, menjadi rujukan peneliti merumuskan masalah: Apakah terdapat hubungan antara konsep diri dengan kesejahteraan emosional pada santri di *Boarding School* SMPIT Hidayah Klaten?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan konsep diri dengan kesejahteraan emosional santri *boarding school* SMPIT Hidayah Klaten

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden di *Boarding School* SMPIT Hidayah Klaten yang meliputi umur, jenis kelamin, tingkat kelas siswa
- b. Mendeskripsikan konsep diri santri di *Boarding School* SMPIT Hidayah Klaten.
- c. Mendeskripsikan tingkat kesejahteraan emosional santri di *Boarding School* SMPIT Hidayah Klaten.
- d. Menganalisis hubungan yang antara konsep diri dengan kesejahteraan emosional santri di *Boarding School* SMPIT Hidayah Klaten.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah keilmuan dalam bidang psikologi Pendidikan yang berkaitan dengan kesehatan remaja, khususnya mengenai hubungan antara konsep diri dengan kesejahteraan emosional pada santri *boarding school*.

2. Manfaat Praktis (Pondok, Keluarga, Santri, Peneliti berikutnya)

a. Bagi Pengelola *Boarding School* SMPIT Hidayah Klaten

Menjadi bahan pertimbangan dalam pengembangan kurikulum, kegiatan ekstrakurikuler, maupun layanan bimbingan konseling yang mendukung terbentuknya konsep diri positif dan kesejahteraan emosional santri.

b. Bagi Orang Tua

Memberikan pemahaman tentang peran keluarga dalam membentuk konsep diri anak meskipun berada di *boarding school*, serta pentingnya dukungan emosional yang konsisten dari rumah.

c. Bagi Responden

Membantu santri memahami pentingnya memiliki konsep diri yang positif sebagai bekal untuk meningkatkan kesejahteraan emosional, kepercayaan diri, serta kemampuan adaptasi di lingkungan *boarding school*.

d. Bagi Peneliti Berikutnya

Menjadi bahan referensi dan landasan penelitian lebih lanjut, baik untuk menguji ulang, mengembangkan, maupun memperluas kajian terkait konsep diri dan kesejahteraan emosional di berbagai konteks pendidikan.

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian oleh (Fadhlan Mubarak & Yullys Helsa, 2025) dengan judul "*Pentingnya Kesejahteraan Emosional di Dunia Pendidikan*". bertujuan untuk mengumpulkan, menganalisis, dan menyintesis informasi dari sumber-sumber tertulis yang relevan dengan topik kesejahteraan emosional di dunia pendidikan. Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka (*library research*). penelitian ini tidak menggunakan populasi dan sampel peneliti mengumpulkan jurnal ilmiah, buku, laporan resmi, dan publikasi akademik yang diterbitkan dalam kurun waktu lima tahun terakhir (2019-2024), untuk memastikan bahwa informasi yang digunakan adalah mutakhir dan relevan dengan perkembangan terbaru di bidang pendidikan dan psikologi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan emosional berperan penting dalam mendukung prestasi akademik, motivasi belajar, serta perkembangan sosial siswa, dan guru berfungsi sebagai fasilitator utama.

Perbedaan penelitian dalam karya tulis ilmiah ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada, penelitian ini secara empiris dengan fokus pada santri boarding school SMPIT Hidayah Klaten. Variabel yang dikaji adalah konsep diri sebagai faktor internal yang berhubungan dengan kesejahteraan emosional santri. Dengan demikian, keaslian penelitian ini terletak pada konteks boarding school serta pengujian hubungan konsep diri dan kesejahteraan emosional secara langsung, yang belum banyak diteliti dalam penelitian sebelumnya.

2. Penelitian yang dilakukan oleh (Sakinah & Habibi, 2024) berjudul "*Penerimaan Diri, Kepercayaan Diri, dan Harga Diri terhadap Kesejahteraan Emosional pada Remaja*". Bertujuan untuk Menyelidiki pengaruh penerimaan diri, kepercayaan diri, dan harga diri terhadap kesejahteraan emosional pada remaja. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan *Structural Equation Modeling* (SEM) berbantuan SmartPLS, dengan populasi remaja di Pekanbaru dan jumlah sampel sebanyak 43 orang. Teknik sampling yang di gunakan peneliti responden diambil secara purposif dari remaja yang relevan dengan variabel penelitian. Hasil penelitian menunjukkan

bahwa penerimaan diri, kepercayaan diri, dan harga diri berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan emosional pada remaja, serta identitas sosial turut berperan dalam mendukung kesejahteraan emosional.

Perbedaan penelitian dalam karya tulis ilmiah ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada, penelitian ini berfokus pada hubungan konsep diri dengan kesejahteraan emosional pada santri boarding school SMPIT Hidayah Klaten. Jika penelitian Sakinah dkk. menyoroti variabel penerimaan diri, kepercayaan diri, dan harga diri secara terpisah pada remaja umum, maka penelitian ini mengkaji konsep diri sebagai satu kesatuan variabel terhadap kesejahteraan emosional dengan subjek yang lebih spesifik, yaitu santri yang hidup dalam lingkungan pendidikan berasrama. Dengan demikian, keaslian penelitian ini terletak pada konteks subjek penelitian, fokus variabel, serta latar lingkungan boarding school yang belum banyak diteliti sebelumnya.

3. Penelitian yang dilakukan oleh (Hudaf, 2023) berjudul "*Hubungan Konsep Diri dengan Kesehatan Mental Santri Putra SMP Pondok Pesantren Muhammadiyah Boarding School Yogyakarta*". Bertujuan Mengetahui hubungan konsep diri dengan kesehatan mental santri putra SMP Pondok Pesantren Muhammadiyah Boarding School (MBS) Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross sectional* serta instrumen berupa kuesioner konsep diri dan kesehatan mental. Populasi penelitian adalah 350 santri kelas VII dan VIII, dengan sampel sebanyak 77 santri putra yang diambil menggunakan teknik *cluster random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar santri memiliki konsep diri positif dan kesehatan mental yang baik, serta terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan kesehatan mental santri.

Perbedaan penelitian dalam karya tulis ilmiah ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada, penelitian ini berfokus pada hubungan konsep diri dengan kesejahteraan emosional santri boarding school SMPIT Hidayah Klaten. Jika penelitian Mukhlis menitikberatkan pada keterkaitan konsep diri dengan kesehatan mental, maka penelitian ini menekankan pada keterkaitan konsep diri dengan kesejahteraan emosional, yang merupakan aspek psikologis berbeda meskipun sama-sama berkaitan dengan kondisi mental individu. Selain itu, subjek penelitian ini lebih spesifik pada santri SMPIT Hidayah Klaten, sehingga penelitian ini memiliki keaslian dari sisi variabel terikat, konteks lokasi, dan karakteristik responden.

