



Surabaya. Pesantren ini cukup banyak diminati di kalangan mahasiswi. Hal ini ditandai dengan meningkatnya jumlah santriwati baru yang mendaftar setiap tahunnya. Namun, meningkatnya jumlah santriwati baru juga diiringi dengan meningkatnya jumlah santriwati baru yang memutuskan untuk keluar dari Pesantren ini (Wawancara dengan pengurus, 30 April 2015).

Bertambahnya jumlah santriwati ini mengakibatkan tempat tinggal yang tersedia tidak mencukupi untuk menampung banyaknya santriwati. Sebagai contoh yakni saat tidur, santriwati harus berbagi tempat dengan teman sekamarnya sehingga akan tampak berdesak-desakan. Bahkan karena tempat tidur tidak cukup untuk menampung, beberapa santriwati harus tidur di musholla Pesantren. Selanjutnya keadaan ini menuntut pihak Pesantren untuk mengadakan pembangunan setiap tahunnya agar fasilitas yang diberikan kepada santriwati dapat terpenuhi dengan baik (Wawancara dengan pengurus, 30 April 2015).

Keadaan ini menyebabkan banyaknya santriwati baru yang mengeluhkan “*tidak kerasan*” atau peristiwa dimana merasa tidak betah tinggal di Pesantren sehingga pada akhirnya banyak santriwati baru yang memutuskan untuk keluar dari Pesantren. Menurut pengurus Pesantren, diantara hal yang paling banyak dikeluhkan santriwati baru antara lain tempat tidur yang kurang luas, peraturan pondok yang dianggap terlalu ketat serta hidup yang serba antri (Wawancara dengan pengurus, 30 April 2015).

Hingga tahun 2015 tercatat peningkatan santriwati yang memutuskan untuk keluar dari Pesantren. Pada santriwati angkatan 2013, sebanyak 116 orang

terdaftar sebagai santriwati baru. Setelah satu tahun berlalu jumlah santriwati baru terisisa 86 orang. Ini menunjukkan bahwa sebanyak 30 santriwati memutuskan untuk keluar dari Pesantren ini. Selanjutnya pada santriwati angkatan 2014 sebanyak 140 orang terdaftar sebagai santriwati baru. Setelah enam bulan berlalu jumlah santriwati baru tersisa 75 orang. Ini menunjukkan bahwa sebanyak 65 santriwati memutuskan untuk keluar dari Pesantren ini (Wawancara dengan pengurus, 30 April 2015).

Keadaan yang penuh dengan manusia atau sesak dan kebisingan pembangunan gedung ini tentunya menuntut para santriwati terutama santriwati baru untuk segera menyesuaikan diri di lingkungan baru agar dapat bertahan di lingkungan Pesantren. Schopler dan Stokols (1976 dalam Walgito, 2003) mendefinisikan kesesakan (*crowding*) sebagai kebutuhan untuk ruang yang lebih (*more space*) bagi seseorang dalam suatu keadaan (*setting*) hasil kombinasi dari faktor personal dan lingkungan. Dalam hal ini tampak peristiwa dimana keinginan individu tidak terpenuhi oleh lingkungan. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh French, Rogers dan Cobb (Orford, 1992 dalam Lirwati, 2013) dimana dalam kesesakan terjadi ketidaksesuaian antara dua faktor yakni manusia dengan lingkungan. Ketidaksesuaian ini dapat menimbulkan stres dan meningkatkan kecenderungan timbulnya penyakit. (Wibowo, Pelupessy dan Narhetali, 2013).

Schopler dan Stokols menjelaskan bahwa kesesakan dapat menimbulkan stres psikologis dan akan lebih sulit ditangani apabila dikaitkan dengan ancaman terhadap keamanan pribadi seperti misalnya keamanan fisik dan keselamatan

emosional (*well-being*) (Walgito, 2003). Stres sendiri merupakan keadaan dimana beban yang dirasakan individu tidak sepadan dengan kemampuan untuk mengatasi beban tersebut (Markam, 2008). Christyanti, Mustami'ah & Sulistiani (2010) menjelaskan bahwa stres mendorong terjadinya perubahan perilaku seperti penurunan minat dan efektivitas, penurunan energi, cenderung mengekspresikan pandangan sinis kepada orang lain, perasaan marah, kecewa, frustrasi, bingung, putus asa serta melemahkan tanggung jawab. Dalam fenomena ini tampak adanya penurunan minat santriwati baru yang ditandai dengan keluarnya santriwati baru dari Pesantren ini.

Dalam keadaan membebani seperti ini, di Pesantren X sendiri ditemukan cukup banyak santriwati baru yang masih bertahan di Pesantren serta mampu menerima keadaan tersebut dengan berkata, "*Namanya hidup di Pesantren ya harus bisa menerima apa adanya. Saya yakin bahwa Allah tidak memberi ujian yang melampaui batas kemampuan hamba-Nya.*" (Wawancara dengan salah satu santri baru, 30 April 2015). Sikap positif yang muncul ini merujuk kepada adanya psikologi positif yang membawa kepada terwujudnya kesejahteraan psikologis dalam diri individu. Kesejahteraan psikologis sendiri dipengaruhi oleh banyak faktor yang salah satunya adalah religiusitas.

Sebagai salah satu tempat pendidikan agama Islam, Pesantren mengajarkan nilai-nilai religiusitas kepada santrinya. Nilai-nilai religiusitas yang diajarkan kepada santrinya akan mempengaruhi perkembangan kognitif para santri. Ditambah lagi dalam kehidupan sehari-hari, kharisma dan kepribadian kyai sangat berpengaruh terhadap santri. Dalam arti sikap hormat, *takzim*, dan





tersebut. Sebaliknya, ditemukan bahwa kesejahteraan psikologis berpengaruh positif terhadap perilaku pekerja di industri tersebut.

Peran koping religius dan kesejahteraan subjektif terhadap stres pada anggota Bintara polisi di Polres Kebumen yang diteliti oleh Juniary & Hadjam (2012) diperoleh oleh bahwa koping religius dan kesejahteraan subjektif memiliki peran terhadap stres pada anggota Bintara polisi di Polres Kebumen.

Hubungan religiusitas dan kesejahteraan psikologis yang diteliti oleh Ismail & Desmukh (2012) diperoleh hasil bahwa religiusitas berkorelasi positif dengan kesejahteraan psikologis. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitiannya yang menunjukkan bahwa religiusitas berkorelasi positif dengan kepuasan hidup dan religiusitas berkorelasi negatif dengan stres. Ini berarti bahwa religiusitas berperan penting terhadap kesejahteraan psikologis.

Hubungan religiusitas dengan kesejahteraan psikologis yang diteliti oleh Utami dan Amawidyati (2007) terhadap korban gempa di Jogjakarta diperoleh hasil bahwa semakin tinggi religiusitas maka akan semakin tinggi kesejahteraan psikologis seseorang.

Kesejahteraan psikologis merupakan aspek psikologis yang penting dimiliki individu. Penelitian mengenai variabel ini telah banyak dilakukan di luar negeri seperti di negara-negara Barat, namun belum banyak ditemukan di Indonesia khususnya yang terkait dengan religiusitas. Terlebih lagi di Indonesia banyak sekali agama atau kepercayaan yang dianut oleh penduduk Indonesia terutama agama Islam.

Dari penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, belum pernah pula dilakukan penelitian terkait hubungan religiusitas dengan kesejahteraan psikologis yang dilakukan di Pesantren, terlebih lagi peneliti melihat fenomena ini sesuai dengan variabel yang hendak diteliti. Di Indonesia sendiri Pesantren pun merupakan salah satu lembaga pendidikan agama Islam yang terkenal serta banyak peminatnya, mengingat penduduk Indonesia yang mayoritas memeluk agama Islam.

Kali ini peneliti akan lebih fokus pada hubungan religiusitas dengan kesejahteraan psikologis di Yayasan Pondok Pesantren Putri An-Nuriyah di Surabaya yang mana di dalam Pesantren ini banyak santriwati baru yang memutuskan keluar dari Pesantren setiap tahunnya namun banyak pula santriwati baru yang masih bersikap positif dalam arti menerima sebagaimana adanya kehidupan di Pesantren yang mana hal ini dapat mengantarkan kepada kesejahteraan psikologis.