



Hubungan Dukungan Sosial dengan Adaptasi Psikologis Santriwati di Pondok Pesantren Al – Azhar Kaliwates Jember

Anindya Ayu Nur Rohmah ¹, Susi Wahyuning Asih ² dan Yeni Suryaningsih ^{3,*}

¹ Universitas Muhammadiyah Jember, aayu77902@gmail.com

Abstrak: Santri adalah peserta didik pesantren yang mendalami ilmu agama, pesantren merupakan bidang pendidikan dengan sistem yang terintegrasi dengan konsentrasi pendidikan akademik dalam bentuk agama. Santri baru umumnya memerlukan waktu beradaptasi dengan lingkungan Santri baru yang mendapat dukungan sosial dari orang baru di lingkungan pesanten khususnya ustadzah dan teman sebayanya, akan mampu mengatasi stress dan cemas yang dirasakan saat beradaptasi. Metode: Desain penelitian ini menggunakan korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Populasi pada penelitian ini santriwati Pondok Pesantren Al – Azhar Kaliwates Jember sejumlah 180 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah probability sampling dengan simple random sampling. Uji statistik menggunakan distribusi frekuensi dan rank spearman rho Hasil: Tingkat signifikan 5% (0,05) hasil uji statistik rank spearman rho, yakni p value (0,000) <0,005 dengan nilai r -0,314 dengan kekuatan hubungan moderat atau sedang, maka H1 diterima. Artinya terdapat hubungan Dukungan sosial dengan Adaptasi psikologis santriwati di Pondok Pesantren Al – Azhar Kaliwates Jember. Analisis: Tingkat dukungan sosial santriwati berada pada tingkat mendukung 83 responden (66,9%), dan adaptasi psikologis santriwati pada kategori adaptif 70 responden (56,5%). Diskusi: Untuk membentuk adaptasi psikologis yang baik bagi santriwati, maka diperlukan dukungan sosial yang baik pula. Karena dukungan sosial sangat berpengaruh terhadap adaptasi psikologis santriwati.

Keywords: Dukungan Sosial, Adaptasi Psikologis, Santriwati

DOI: <https://doi.org/10.47134/phms.v1i2.39>

*Correspondensi: Anindya Ayu Nur Rohmah,
Susi Wahyuning Asih dan Yeni Suryaningsih
Email: aayu77902@gmail.com

Received: 05-12-2023

Accepted: 18-01-2024

Published: 29-02-2024



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

is at the supportive level for 83 respondents (66.9%), and the psychological adaptation of female students is in the adaptive category for 70 respondents (56.5%). Discussion: To form good psychological adaptation for female students, good social support is also needed. Because social support has a big influence on the psychological adaptation of female students.

Keywords: Social Support, Psychological Adaptation, Student

Pendahuluan

Santri merupakan sebutan untuk peserta didik di pondok pesantren untuk mendalami ilmu agama. Pesantren merupakan salah satu disiplin ilmu dengan sistem pendidikan terpadu yang mengutamakan pen-didikan akademis dalam bentuk agama, khususnya agama Islam. Pesantren berfokus pada pendidikan yang menekankan pada pengajaran untuk menghormati prinsip-prinsip kemanusiaan dan agama, serta hidup se-derhana dengan hati yang bersih (Biserova, 2019). Santri harus beradaptasi dengan orang dan lingkungan yang baru (Azizah, 2021). Santri yang sulit menyesuaikan diri akan mengganggu proses pendidikan. Beradaptasi dengan sesuatu yang baru bisa menjadi hal yang sulit, salah satu contohnya adalah melanjutkan pendidikan ke pesantren (Jadid & Probolinggo, 2021). Untuk mencapai tujuan pendidikan pesantren yang maksimal, maka santri baru harus bisa beradaptasi dengan lingkungannya[1].

Menurut temuan dari studi pendahuluan yang dilakukan pada 16 November 2022 di Pondok Pesantren Al-Azhar Kaliwates Jember, dari 180 santri baru, 70% mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri (Maimunah, 2020). Stress yang terjadi pada santri dikarenakan menghadapi kegiatan pembelajaran pondok yang padat, serta peraturan ketat yang harus dipatuhi oleh seluruh santri .

Adaptasi adalah upaya seseorang untuk menemukan keseimbangan baik dalam lingkungan maupun dirinya sendiri (Nurasla et al., 2022). Banyak santri baru yang mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan orang dan lingkungan yang asing (Chen, 2022; Kim, 2019). Masalah santri baru yang takut mengakui bahwa dirinya sakit dengan alasan takut tertinggal pelajaran mengakibatkan kondisi kesehatan mereka memburuk. Individu sering berjuang melewati permasalahan untuk mencapai tujuan hidup dan penyesuaian diri sebagai kondisi ataupun proses (Hadsd et al., 2020).

Dukungan sosial adalah bentuk lain dari kehadiran seseorang yang dapat membangun kepercayaan bahwa dirinya dicintai, diperhatikan dan merupakan bagian dari kelompok sosial (Shafaei, 2018). Dukungan sosial teman sebaya merupakan salah satu fungsi ikatan sosial yang mencakup dukungan emosional, dorongan untuk mengungkapkan perasaan, serta pemberian nasihat dan informasi yang berkembang dalam hubungan dengan teman sebaya (Yu, 2019). Dukungan sosial ustadzah kepada santri yang berasal dari lingkungan dapat diberikan secara efektif, dengan memberikan perhatian yang cukup, bantuan nyata, dorongan dari orang sekitar, penghargaan, dan kasih sayang yang membuat santri merasa diperhatikan, dicintai, dan dihargai oleh orang lain (Schotte, 2018). Kek-hawatiran dan ketidaknyamanan yang dialami saat menyesuaikan diri dapat diatasi oleh santri baru yang mendapatkan dukungan sosial dari ustadzah dan teman sebayanya (Rana, 2020). Hal ini dipertegas dengan penelitian Carter dkk, adanya dukungan sosial dari teman sebaya merupakan keterlibatan positif yang dapat meningkatkan interaksi sosial serta menurunkan tingkat perilaku bermasalah bagi remaja dalam menyesuaikan diri (Bethel, 2020).

Dukungan sosial yang baik merupakan salah satu cara untuk meningkatkan adaptasi psikologis santri baru (Yu, 2021). Apabila tercipta dukungan sosial yang baik, baik dari

teman sebaya, ustadz, maupun ustadzah di Pondok Pesantren, maka proses adaptasi menjadi lebih mudan bagi santri baru (Ladum, 2019).

Metode

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yakni korelasional dengan pendekatan cross sectional. Tempat penelitian dilakukan di Pondok Pesantren Al – Azhar Kaliwates Jember, dengan populasi sebanyak 180 responden dan 124 sampel. Pengambilan data menggunakan probability sampling, yaitu proses penentuan sampel yang menjamin bahwa setiap populasi diambil sebagai sampel penelitian. Teknik sampling yang digunakan adalah simple random sampling, dan analisis data pada penelitian ini menggunakan uji statistik Spearman rho.

Penelitian ini merupakan penelitian lanjutan dari beberapa penelitian terkait yang tercantum pada bab2 (Chevrier, 2021). Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian lain adalah pada penelitian ini mengaitkan variabel dependen yakni adaptasi psikologis dengan teori keperawatan Callista Roy, selain itu kuisioner pada penelitian ini adalah hasil modifikasi dari riset sebelumnya. Kuisioner dukungan sosial berupa 20 butir pernyataan, dan kuisioner psychological well being sebanyak 25 butir pernyataan yang telah di uji validitas dan reliabilitas pada kedua kuisioner.

Penelitian ini juga telah melakukan proses persetujuan Etik yang telah dilakukan oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember dengan keterangan “Lolos Kaji Etik” dengan nomor surat 0178/KEPK/FIKES/XII/2023, dengan judul penelitian “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Adaptasi Psikologis Santriwati Di Pondok Pesantren Al – Azhar Kaliwates Jember” yang dilaksanakan pada tanggal 3 Februari 2023 dengan jumlah 10 halaman ukuran A4.

Hasil dan Pembahasan

Analisa Univariat

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Responden

Kategori	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
12-14 tahun	64	51,6
15-17 tahun	60	48,4
Jumlah	124	100

Tabel 5.1 menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini mayoritas berusia 12-14 tahun sebanyak 64 responden (51,6%).

Usia merupakan faktor yang berperan terhadap dukungan sosial, semakin tinggi usia maka individu akan semakin baik dalam memberikan dukungan sosial terhadap orang lain (Sheng, 2022). Sehubungan dengan hal tersebut, individu yang berusia lebih tua serta individu yang memiliki pengendalian diri atau adaptasi yang baik diharapkan dapat memberikan dukungan sosial yang baik sehingga dapat tercipta adaptasi psikologis yang baik pada setiap individu (Yildirim, 2021).

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Riwayat Penyakit

Kategori	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
Ada	38	30,6

Tidak ada	86	69,4
Jumlah	124	100

Tabel 5.2 menunjukkan bahwa mayoritas responden tidak memiliki riwayat penyakit yakni 86 responden (69,4%).

Individu yang tidak memiliki riwayat penyakit memiliki kemungkinan yang lebih baik dalam beradaptasi serta memberikan dukungan sosial kepada sesamanya (Oliveira, 2018). Apabila individu memiliki riwayat penyakit, maka proses dalam beradaptasi akan lebih berat, karena ia juga harus membagi fokus kepada penyakit yang dimilikinya.

Analisa Bivariat

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Dukungan Sosial Responden

Dukungan Sosial	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang Mendukung	0	0
Mendukung	83	66,9
Sangat Mendukung	41	33,1
Jumlah	124	100

Sejalan dengan prinsip dasar teori Callista Roy, yaitu manusia secara konstan terlibat dalam interaksi sosial dan biopsikologis dengan lingkungannya (Zhang, 2022). Hal ini berkaitan dengan 5 indikator dukungan sosial, yang artinya apabila seseorang sedang dalam fase adaptasi, maka dukungan sosial dari lingkungan dan orang lain menjadi sangat penting. Menurut [4] dukungan sosial menggambarkan wujud penerimaan dari seseorang maupun kelompok terhadap orang yang memunculkan anggapan dalam dirinya jika dia disayangi, dicekoki, dihargai serta ditolong (Selian, 2020). Disinilah peran orang – orang terdekat seperti ustadzah dan teman sebayanya diperlukan guna memudahkan santriwati baru beradaptasi di lingkungan yang baru (Vasilenko, 2020). dukungan sosial yang baik akan mempengaruhi proses adaptasi santriwati, jika dukungan sosial baik maka proses adaptasi santriwati akan lebih mudah.

Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Adaptasi Psikologis Responden

Adaptasi Psikologis	Frekuensi	Persentase (%)
Mal adaptif	54	43,5
Adaptif	70	56,5
Jumlah	124	100

Sejalan dengan teori adaptasi Callista Roy, ada 2 input pada teori adaptasi Callista Roy yaitu internal dan eksternal. Input internal, berasal dari dalam diri individu. Bagaimana cara individu menghadapi dirinya sendiri agar dapat beradaptasi dengan lingkungan baru mereka (Katrushova, 2019). Adaptasi psikologis santriwati dapat dilihat dari indikator keimandirian, penguasaan lingkungan, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, dan penerimaan diri. Dilihat dari hasil distribusi frekuensi, mayoritas santriwati dalam kategori adaptif yakni 70 responden (56,5%) (Ruzhenkova, 2018). Hal ini menunjukkan adaptasi psikologis santriwati Pondok Pesantren Al – Azhar sudah baik, dan perlu dipertahankan serta ditingkatkan dengan cara membangun dukungan sosial yang baik dengan orang lain serta lingkungan.

Tabel 5.5 Distribusi frekuensi Hubungan Dukungan Sosial dengan Adaptasi Psikologis

Variabel	R square	P value
Dukungan sosial	-0,314	0,000
Adaptasi psikologis		

Tabel 5.5 menunjukkan hasil uji statistik rank spearman rho, yakni sig (0,000) <0,005, dengan nilai $r = -0,314$ dengan kekuatan hubungan moderate atau sedang, maka H1 diterima. Artinya terdapat hubungan Dukungan sosial dengan Adaptasi psikologis santriwati di Pondok Pesantren Al – Azhar Kaliwateis Jember (Hafida, 2022).

Menurut [5] Banyak faktor yang mempengaruhi dukungan sosial santriwati antara lain empati, norma - norma, nilai sosial, dan pertukaran sosial. Indikator dukungan sosial dan adaptasi psikologis juga merupakan faktor yang sangat penting dalam menilai kedua variabel (Schotte, 2022). Hal ini dikarenakan adanya perbedaan dari tiap individu yang berpengaruh terhadap proses dukungan sosial serta adaptasi psikologis, karena setiap individu memiliki kemandirian, penguasaan lingkungan, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, serta penerimaan diri yang berbeda – beda (Hsu, 2021). Maka dari itu, semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan maka akan semakin tinggi pula tingkat adaptasi psikologis pada santriwati (Thomas, 2020).

Simpulan

Hasil penelitian didapatkan responden dengan dukungan sosial kategori mendukung 83 responden (66,9%). Hasil penelitian responden dengan adaptasi psikologis kategori adaptif 70 responden (56,5%). Merujuk hasil uji statistik Spearman Rho, dukungan sosial dan adaptasi psikologis santriwati Pondok Pesantren Al – Azhar Kaliwateis Jember didapatkan adanya hubungan dengan nilai koefisien $r -0,314$ dengan p value 0,000 yang artinya kedua variabel memiliki hubungan yang kuat.

Saran

Diharapkan peneliti selanjutnya mampu mengungkap faktor lain yang berhubungan dengan adaptasi psikologis individu, serta harus menentukan waktu yang tepat dan efektif untuk melakukan penelitian.

Diharapkan peneliti selanjutnya lebih spesifik dalam menentukan data umum yang dapat mempengaruhi dukungan sosial maupun adaptasi psikologis.

Daftar Pustaka

- Azizah, S. N. (2021). *Penyesuaian diri santri baru di pondok pesantren* (pp. 1–9).
- Bethel, A. (2020). Cross-Cultural Transition and Psychological Adaptation of International Students: The Mediating Role of Host National Connectedness. *Frontiers in Education*, 5. <https://doi.org/10.3389/feduc.2020.539950>

- Biserova, G. K. (2019). Socio-psychological adaptation of international students to learning and professional activities. *Space and Culture, India*, 6(5), 99–114. <https://doi.org/10.20896/saci.v6i5.411>
- Chen, H. (2022). The Relationship between Physical Activity and College Students' Mobile Phone Addiction: The Chain-Based Mediating Role of Psychological Capital and Social Adaptation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(15). <https://doi.org/10.3390/ijerph19159286>
- Chevrier, B. (2021). Basic Psychological Need Satisfaction and Frustration Scale (BPNSFS): Validation of the French adaptation within freshman year students. *Psychologie Francaise*, 66(3), 289–301. <https://doi.org/10.1016/j.psfr.2020.09.005>
- Hadsd, Hasyim, & T, A. (2020). *Prodi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universita Islam Negeri Walisongo Semarang Tahun 2020*. https://eprints.walisongo.ac.id/15273/1/1507016070_Indy
- Hafida, S. H. N. (2022). Data survey of students behavioral and psychological adaptations in disaster-prone areas of Mount Merapi in Indonesia. *Data in Brief*, 42. <https://doi.org/10.1016/j.dib.2022.108229>
- Hsu, C. F. (2021). The influences of host and ethnic internet use on sociocultural and psychological adaptation among Chinese college students in the United States: Intercultural communication apprehension and uncertainty reduction as mediators. *Journal of International and Intercultural Communication*, 14(1), 60–75. <https://doi.org/10.1080/17513057.2020.1718739>
- Jadid, N., & Probolingo, P. (2021). No Title. *Journal Name*, 17(2), 189–197. <https://doi.org/10.26753/jikk.v17i2.474>
- Katrushova, L. (2019). Peculiarities of the process of psychological adaptation of foreign students of ukrainian higher education institutions of medical profile, role of emotional intelligence in the socialization process. *Wiadomosci Lekarskie (Warsaw, Poland : 1960)*, 72(10), 1930–1934. <https://doi.org/10.36740/wlek201910114>
- Kim, J. J. (2019). Chinese international students' psychological adaptation process in Korea: the role of tourism experience in the host country. *Asia Pacific Journal of Tourism Research*, 24(2), 150–167. <https://doi.org/10.1080/10941665.2018.1556713>
- Ladum, A. (2019). Psychological adaptation of international students in the Northern part of Cyprus. *Higher Learning Research Communications*, 9(1), 24–26. <https://doi.org/10.18870/hlrc.v9i1.436>
- Maimunah, S. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri. *Psikoborneo J. Ilm. Psikol.*, 8(2), 275. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4911>
- Nurasla, T., Susanti, S. S., & Hartaty, N. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Adaptasi Lingkungan Santri. *JIM FKep*, V(1), 144–148.
- Oliveira, E. P. (2018). Positive psychological functioning scale: Adaptation and initial validation studies with Portuguese college students. *Revista Iberoamericana de*

- Diagnostico y Evaluacion Psicologica*, 3(48), 151–162.
<https://doi.org/10.21865/RIDEP48.3.13>
- Rana, M. (2020). Measurement of Cultural Intelligence and Its Impact on Psychological Adaptation of International Students in India. *Vision*, 24(4), 452–459.
<https://doi.org/10.1177/0972262920939789>
- Ruzhenkova, V. V. (2018). Medical and psychological characteristics of the 1st year students of medical and pedagogical institutes and their features of educational adaptation. *Drug Invention Today*, 10, 3240–3246.
- Schotte, K. (2018). Is Integration Always most Adaptive? The Role of Cultural Identity in Academic Achievement and in Psychological Adaptation of Immigrant Students in Germany. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(1), 16–37. <https://doi.org/10.1007/s10964-017-0737-x>
- Schotte, K. (2022). Do teachers' cultural beliefs matter for students' school adaptation? A multilevel analysis of students' academic achievement and psychological school adjustment. *Social Psychology of Education*, 25(1), 75–112.
<https://doi.org/10.1007/s11218-021-09669-0>
- Selian, S. N. (2020). Academic stress, coping and social cultural adaptation of psychological well being among Indonesian postgraduate students. *Pertanika Journal of Social Sciences and Humanities*, 28(4), 2505–2527.
<https://doi.org/10.47836/PJSSH.28.4.02>
- Shafaei, A. (2018). What matters most: importance-performance matrix analysis of the factors influencing international postgraduate students' psychological and sociocultural adaptations. *Quality and Quantity*, 52(1), 37–56.
<https://doi.org/10.1007/s11135-016-0418-y>
- Sheng, L. (2022). The impacts of academic adaptation on psychological and sociocultural adaptation among international students in China: The moderating role of friendship. *International Journal of Intercultural Relations*, 89, 79–89.
<https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2022.06.001>
- Thomas, R. S. (2020). Effects of script-based communicative intervention on psychological and cultural adaptation in students abroad in second-language contexts. *Intercultural Education*, 31(2), 244–259. <https://doi.org/10.1080/14675986.2019.1702295>
- Vasilenko, E. A. (2020). Psychological factors influencing social adaptation of first-year students to the conditions of university. *Journal of Environmental Treatment Techniques*, 8(1), 241–247.
- Yildirim, H. H. (2021). The Importance of a Sense of University Belonging for the Psychological and Academic Adaptation of International Students in Germany. *Zeitschrift Fur Entwicklungspsychologie Und Padagogische Psychologie*, 53(1), 15–26.
<https://doi.org/10.1026/0049-8637/a000234>
- Yu, B. (2019). Language and Interpersonal Resource Predictors of Psychological and Sociocultural Adaptation: International Students in Hong Kong. *Journal of Studies in International Education*, 23(5), 572–588. <https://doi.org/10.1177/1028315318825336>

-
- Yu, B. (2021). Psychological and academic adaptation of mainland Chinese students in Hong Kong universities. *Studies in Higher Education*, 46(8), 1552–1564. <https://doi.org/10.1080/03075079.2019.1693991>
- Zhang, X. (2022). Regulatory emotional self-efficacy and psychological distress among medical students: multiple mediating roles of interpersonal adaptation and self-acceptance. *BMC Medical Education*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03338-2>