

**PERAN MODAL PSIKOLOGIS TERHADAP PENYESUAIAN
DIRI PADA SANTRI BARU DENGAN DUKUNGAN TEMAN
SEBAYA SEBAGAI MODERATOR**

SKRIPSI



Oleh:

Salma Nehaya Salsabila

NIM. 220401110136

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2026

**PERAN MODAL PSIKOLOGIS TERHADAP PENYESUAIAN
DIRI PADA SANTRI BARU DENGAN DUKUNGAN TEMAN
SEBAYA SEBAGAI MODERATOR**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Untuk memenuhi salah satu persyaratan

dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh:

Salma Nehaya Salsabila

NIM. 220401110136

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

2026

MOTTO

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

~Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya (At-Tiin: 4)~

LEMBAR PERSETUJUAN

PERAN MODAL PSIKOLOGIS TERHADAP PENYESUAIAN DIRI SANTRI DENGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA SEBAGAI MODERATOR

PROPOSAL SKRIPSI

Oleh:

Salma Nehaya Salsabila

NIM. 2204010136

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Dr. Muallifah, M.A NIP. 198505142019032008		12 Juni 2026
Dr. lin Tri Rahayu, M.Si., Psikolog NIP. 197207181999032001		17 Juni 2026

Malang,
Mengetahui,
Ketua Program Studi

Dr. Fina Hidayati, M.A
MP.198610092015032002

HALAMAN PENGESAHAN

PERAN MODAL PSIKOLOGIS TERHADAP PENYESUAIAN DIRI PADA SANTRI BARU DENGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA SEBAGAI MODERATOR

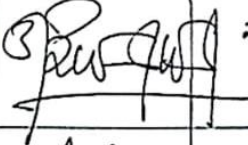
Oleh:

Salma Nehaya Salsabila

NIM. 220401110136

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh Dewan Penguji Skripsi dalam Majelis Sidang
Skripsi pada tanggal 9 Juli 2026

Dewan Penguji Skripsi

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Ketua Penguji <u>Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si., Psikolog</u> NIP. 197207181999032001		22-07-2026
Penguji Utama <u>Dr. Hj. Endah K. Purwaningtyas,</u> <u>M.Psi., Psikolog</u> NIP. 197505142000032003		22-07-2026
Sekretaris Penguji <u>Dr. Muallifah, M.A</u> NIP. 198505142019032008		23-07-2026

Disahkan oleh,
Dekan



Prof. Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 196710291994032001

NOTA DINAS

Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi UIN
Maulana Malik Ibrahim Malang

Assalamu 'alaikum wr.wb.

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul:

**PERAN MODAL PSIKOLOGIS TERHADAP PENYESUAIAN
DIRI PADA SANTRI BARU DENGAN DUKUNGAN TEMAN
SEBAYA SEBAGAI MODERATOR**

Nama : Salma Nehaya Salsabila

NIM : 220401110136

Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk siding ujian Skripsi.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Malang, 2026
Dosen Pembimbing 1



Dr. Muallifah, M.A
NIP. 198505142019032008

Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi UIN
Maulana Malik Ibrahim Malang

Assalamu 'alaikum wr.wb.

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul:

**PERAN MODAL PSIKOLOGIS TERHADAP PENYESUAIAN
DIRI PADA SANTRI BARU DENGAN DUKUNGAN TEMAN
SEBAYA SEBAGAI MODERATOR**

Nama : Salma Nehaya Salsabila

NIM : 220401110136

Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk siding ujian Skripsi.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Malang, 2026
Dosen Pembimbing 2



Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si.,
Psikolog
NIP.197207181999032001

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Salma Nehaya Salsabila

NIM : 220401110136

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **PERAN MODAL PSIKOLOGIS TERHADAP PENYESUAIAN DIRI PADA SANTRI BARU DENGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA SEBAGAI MODERATOR**, adalah benar-benar hasil karya sendiri, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika di kemudian ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggungjawab dosen dan pihak Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 11 Juli 2026

Penulis,



Salma Nehaya Salsabila

NIM.220401110136

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur, karya ini saya persembahkan kepada kedua orang tua tercinta dan keluarga, yang selalu membersamai setiap langkah dengan doa, kasih sayang, dukungan, serta pengorbanan yang tidak pernah terhitung nilainya. Terima kasih telah menjadi tempat pulang, tempat bertumbuh, dan alasan untuk terus melangkah hingga sampai pada titik ini. Semoga setiap proses, perjuangan, dan pencapaian ini dapat menjadi bentuk kecil dari rasa terima kasih atas segala hal yang telah diberikan.

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT, Sang Penggenggam setiap hati, yang dengan limpahan rahmat dan keteguhan-Nya telah mengizinkan penulis menuntaskan sebuah perjalanan panjang berjudul **"Peran Modal Psikologis terhadap Penyesuaian Pada Santri Baru dengan Dukungan Teman Sebaya sebagai Moderator"**. Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Baginda Nabi Muhammad SAW, teladan sejati dalam kesabaran dan perjuangan.

Penyusunan skripsi ini merupakan perjalanan panjang yang penuh dengan pembelajaran tentang ketangguhan dan kebermaknaan. Penulis menyadari bahwa selesainya karya ini tidak lepas dari dukungan, doa, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih yang tulus kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Ilfi Nur Diana, M.Si., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang,
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Siti Mahmudah, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Ibu Dr. Fina Hidayati, M.A., selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Ibu Dr. Muallifah, M.A, selaku dosen wali sekaligus pembimbing skripsi yang dengan penuh kesabaran menuntun logika, memberikan kritik membangun, dan menginspirasi penulis untuk terus bertumbuh melampaui batas kemampuan diri.
5. Ibu Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si. selaku pembimbing 2 skripsi, yang telah memberikan arahan serta bimbingan dalam penusunan tugas akhir.
6. Ibu Dr. Hj. Endah Kurniawati P, M.Psi., Psikolog selaku dosen penguji utama yang telah memberikan evaluasi, koreksi, serta masukan berharga untuk penyempurnaan skripsi ini.
7. Puspenma Kemenag selaku penyelenggara Beasiswa Indonesia Bangkit, sebagai pendukung utama yang telah memfasilitasi perjalanan pendidikan

penulis melalui pendanaan penelitian, sehingga karya ini dapat terwujud dengan baik.

8. Pondok Pesantren Al-Mawaddah Blitar, Al-Muqaddasah, Al-Islam, dan Sulamul Huda, selaku objek penelitian yang telah membuka pintu kerja sama dengan sangat baik serta memberikan ruang bagi penulis untuk belajar dari para santri.
9. Keluarga Tercinta, terutama kepada kedua orang tua penulis, Bapak Katemun dan Ibu Siti Ismiyati, serta adik-adik tersayang, Zahra Nabila Widyaswara dan Najma Selsa Iskarima, juga kepada Mbah Uti. Kalian adalah pilar kekuatan utama yang doa-doanya selalu melangit tanpa henti. Dukungan moral, kasih sayang, dan pengorbanan kalian yang tak terbatas adalah energi yang membuat penulis tetap mampu berdiri tegak dan tangguh dalam menghadapi setiap tantangan hingga perjalanan ini sampai di garis *finish*.
10. Laboratorium Konseling UIN Malang, kepada Kepala Laboratorium Ibu Hj. Rika Fuaturasida, M.A dan rekan-rekan Asisten Laboratorium, yang telah menjadi tempat diskusi paling hangat dan ruang belajar yang sangat berkesan bagi penulis.
11. Keluarga Besar Pondok Pesantren Daruzzahra Arrifa'i, terutama kepada Umah Nuri dan Buya Nadhif selaku pengasuh, terima kasih atas bimbingan spiritual dan kasih sayang yang telah menjadi kompas batin serta penyejuk jiwa penulis dalam setiap langkah. Kepada Ustadzah Elmi dan Ustadzah Arnis selaku musrifah, atas kesabaran dan arahan yang mendewasakan, serta rekan-rekan Angkatan 22, terima kasih telah menjadi saksi hidup dan pelukis warna dalam setiap fase perjuangan di pondok. Kebersamaan kalian adalah rumah bagi jiwa penulis, yang membuat perjalanan yang sulit ini terasa jauh lebih indah untuk dilalui.
12. Teman-teman Bangku Pojok, yaitu Naya, Shafiya, Maysa, dan Windi, sosok-sosok luar biasa yang telah mewarnai setiap sudut bangku kuliah sehingga tidak pernah terasa membosankan. Terima kasih atas tawa yang meredakan penat, cerita yang mendewasakan, serta dukungan emosional

yang selalu hadir di sela-sela riuhnya revisi. Kehadiran kalian adalah salah satu alasan perjalanan ini terasa begitu berharga untuk dikenang.

13. Sahabat Terkasih, yaitu Lutfiya Mailiawati, Majda Laka Malikal Mulki, Najma Tsuroyya Faaz, dan Nur Chamidah. Jiwa-jiwa tulus yang selalu bersedia menjadi pelabuhan di saat-saat paling rapuh. Terima kasih telah memberikan validasi yang menenangkan, pendengar yang tanpa penghakiman, serta semangat yang tak ternilai harganya. Di tangan kalian, keraguan penulis berubah menjadi keberanian, dan kehadiran kalian adalah kekuatan yang memastikan penulis tidak berjalan sendirian hingga sampai di titik terakhir perjalanan ini.
14. Psikologi Angkatan 22 "Sadya Arunika", keluarga besar yang telah mewarnai masa perkuliahan dengan solidaritas dan kebersamaan yang akan selalu penulis kenang.
15. Cakrawala Indonesia Bangkit Kelurahan UIN Malang, wadah pengabdian yang telah memberikan banyak pelajaran hidup berharga serta mendewasakan cara berpikir penulis.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Namun, penulis berharap semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu Psikologi Positif dan bagi siapa saja yang membacanya.

Malang, 10 Mei 2026

Penulis

DAFTAR ISI

MOTTO	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
NOTA DINAS	v
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xviii
ABSTRAK	xix
ABSTRACT.....	xx
المخلص	xxi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	11
C. Tujuan Penelitian.....	11
D. Manfaat Penelitian.....	12
BAB II.....	14
KAJIAN TEORI	14
A. Penyesuaian diri pada santri	14
1. Pengertian Penyesuaian diri pada santri	14
2. Aspek Penyesuaian diri santri.....	15
3. Faktor-Faktor Penyesuaian diri santri.....	16
4. Penyesuaian diri santri dalam Pandangan Islam.....	17
B. Modal psikologis	18
1. Pengertian Modal psikologis.....	18

2.	<i>Aspek Modal psikologis</i>	19
3.	Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Modal psikologis</i>	22
4.	Modal psikologis dalam Pandangan Islam	23
C.	<i>Dukungan teman sebaya</i>	30
1.	Pengertian <i>Dukungan teman sebaya</i>	30
2.	<i>Aspek Dukungan teman sebaya</i>	31
3.	<i>Dukungan teman sebaya</i> dalam Pandangan Islam.....	34
D.	Hubungan Antar Variabel	36
1.	Hubungan <i>Modal psikologis</i> dengan Penyesuaian diri santri	36
2.	Peran <i>Dukungan teman sebaya</i> sebagai Moderator	37
E.	Kerangka Berfikir	38
F.	Hipotesis.....	40
	BAB III	41
	METODE PENELITIAN.....	41
A.	Desain Penelitian	41
B.	Variabel Penelitian	42
C.	Definisi Operasional	43
D.	Populasi dan Subjek Penelitian	45
1.	Populasi.....	45
2.	Sampel	46
E.	Teknik Pengumpulan Data	47
1.	Teknik Pengumpulan Data Kuantitatif	47
2.	Teknik Pengumpulan Data Kualitatif	48
F.	Instrumen Penelitian.....	49
1.	Instrumen Kuantitatif	49
2.	Instrumen Kualitatif	53
G.	Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	54
H.	Metode Analisis Data	59
1.	Analisis Data Kuantitatif	59
2.	Analisis Data Kualitatif	65
I.	Triangulasi Data	66

BAB IV	70
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	70
A. Hasil Penelitian.....	70
1. Hasil Kuantitatif.....	70
2. Hasil Kualitatif.....	91
B. Pembahasan	116
1. Pengaruh modal psikologis terhadap penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren	116
2. Peran dukungan teman sebaya sebagai moderator dalam hubungan antara modal psikologis dan penyesuaian diri santri.....	118
3. Besarnya pengaruh dukungan teman sebaya terhadap penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren	120
4. Hubungan efikasi diri, optimisme, harapan, dan resiliensi dengan dukungan teman sebaya dalam menciptakan keharmonisan penyesuaian diri santri	122
BAB V.....	125
KESIMPULAN DAN SARAN.....	125
A. Kesimpulan.....	125
B. Saran	129
DAFTAR ISI.....	136
LAMPIRAN	143
A. Angket Penelitian	143
B. Tabulasi Data Sample.....	146
C. Hasil Pembentuk Variabel Modal Psikologis.....	147
D. Hasil Pembentuk Variabel Penyesuaian Diri Santri.....	148
E. Hasil Pembentuk Variabel Dukungan Teman Sebaya.....	149
F. Hasil Uji Validitas Skala Modal psikologis.....	150
G. Hasil Uji Reliabilitas Skala Modal psikologis	150
H. Hasil Uji Validitas Skala Penyesuaian diri santri.....	151
I. Hasil Uji Reliabilitas Skala Student Adjustment	151
J. Hasil Uji Validitas Skala Peer Suport	152
K. Hasil Uji Reliabilitas Skala Dukungan Teman Sebaya.....	152

L. Hasil Uji Normalitas	153
M. Hasil Uji Linieritas	153
N. Hasil Uji Multikolinieritas	154
O. Hasil Uji Heterokedastisitas	154
P. Hasil Uji Hipotesis	154
Q. Hasil Kategori Modal Psikologis	155
R. Hasil Kategori Penyesuaian diri santri	155
S. Hasil Kategori Dukungan teman sebaya.....	155
T. Hasil Uji Regresi Linier Berganda	155
U. Hasil Uji Analisis Moderasi Proses Hayes	157
V. Transkrip Wawancara	159
W. Koding Data Kualitatif	178
X. Surat Izin Penelitian	179

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blue Print Skala Modal psikologis	50
Tabel 3. 2 Blue Print Skala Penyesuaian diri santri	52
Tabel 3. 3 Blue Print Skala Dukungan teman sebaya	53
Tabel 3. 4 Uji Validitas Skala Psychological Adjustment	55
Tabel 3. 5 Uji Validitas Skala Penyesuaian diri santri	56
Tabel 3. 6 Uji Validitas Skala Dukungan teman sebaya	57
Tabel 3. 7 Uji Reliabilitas Skala	58
Tabel 4. 1Kategorisasi Partisipan.....	70
Tabel 4. 2 Kategorisasi Alasan Mondok	71
Tabel 4. 3 Distribusi Aspek Pembentuk Psychological Capital.....	72
Tabel 4. 4 Distribusi Aspek Pembentuk Student Adjustment.....	73
Tabel 4. 5 Distribusi Aspek Pembentuk Peer Support.....	74
Tabel 4. 6 Hasil Uji Deskriptif	75
Tabel 4. 7 Kategorisasi Data Modal psikologis	76
Tabel 4. 8 Kategorisasi Data Penyesuaian diri santri.....	77
Tabel 4. 9 Kategorisasi Data Dukungan teman sebaya.....	78
Tabel 4. 10 Hasil Uji Normalitas	80
Tabel 4. 11 Hasil Uji Linieritas Modal psikologis terhadap Penyesuaian diri santri	81
Tabel 4. 12 Hasil Uji Linieritas Dukungan teman sebaya terhadap Penyesuaian diri santri	82
Tabel 4. 13 Hasil Uji Multikolinieritas	84
Tabel 4. 14 Hasil Uji Heterokedastisitas	85
Tabel 4. 15 Hasil Model Summary	86
Tabel 4. 16 Hasil Anova.....	87
Tabel 4. 17 Hasil Standar Koefisiensi.....	88
Tabel 4. 18 Analisis Hasil Moderasi	90

Tabel 4. 19 Data Narasumber.....	92
Tabel 4. 20 Kode dan Tema Hasil Reduksi Data Wawancara	94
Tabel 4. 21 Hasil Pengkodean Data Wawancara	95
Tabel 4. 22 Matriks Triangulasi Sumber: Perbandingan Lintas Subjek	107
Tabel 4. 23 Matriks Triangulasi Metode: Kongruensi Data Kuantitatif dan Kualitatif	109
Tabel 4. 19 Matriks Triangulasi Teoritis: Kesesuaian Temuan dengan Landasan Teori	111

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Persentase Modal psikologis	76
Gambar 4. 2 Persentase Penyesuaian diri santri.....	78
Gambar 4. 3 Persentase Dukungan teman sebaya.....	79
Gambar 4. 4 Dinamika Psikologis Penyesuaian Diri Santri Baru.....	114

ABSTRAK

Salsabila, Salma Nehaya. 220401110136, Peran Modal Psikologis terhadap Penyesuaian Diri Santri dengan Dukungan Teman Sebaya sebagai Moderator. Skripsi. Jurusan Psikologi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing : Dr. Muallifah, M.A

Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si., Psikolog

Penguji : Dr. Hj. Endah Kurniawati P., M.Psi., Psikolog

Kata Kunci: Modal Psikologis, Penyesuaian Diri Santri, Dukungan Teman Sebaya, Santri, *Sequential Explanatory*

Penyesuaian diri pada santri merupakan kemampuan penting yang harus dimiliki santri baru dalam menghadapi transisi ke lingkungan pondok pesantren yang memiliki tuntutan akademik, sosial, dan spiritual yang berbeda dari jenjang pendidikan sebelumnya. Kemampuan penyesuaian diri yang kurang optimal dapat menghambat proses belajar dan kesejahteraan psikologis santri. Modal Psikologis dipilih sebagai faktor internal yang diduga berperan dalam meningkatkan kemampuan adaptasi karena mencakup *self efficacy*, *hope*, *optimism*, dan *resilience*. Selain itu, dukungan teman sebaya dipilih sebagai faktor eksternal yang berpotensi mendukung proses penyesuaian diri santri melalui dukungan emosional, informasional, dan sosial.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran modal psikologis terhadap penyesuaian diri santri dengan dukungan teman sebaya sebagai variabel moderator pada santri kelas 7 pondok pesantren. Penelitian menggunakan metode *mixed method* dengan desain *sequential explanatory*, yaitu diawali dengan pengumpulan dan analisis data kuantitatif, kemudian dilanjutkan dengan data kualitatif untuk memperdalam pemahaman terhadap hasil penelitian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa modal psikologis berada pada kategori sedang (55,4%), penyesuaian diri santri pada kategori sedang (56%), dan dukungan teman sebaya pada kategori sedang (58,2%). Analisis data menunjukkan bahwa modal psikologis berpengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri santri. Dukungan teman sebaya juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri santri. Namun, dukungan teman sebaya tidak terbukti memoderasi hubungan antara modal psikologis dan penyesuaian diri santri. Temuan ini menunjukkan bahwa modal psikologis dan dukungan teman sebaya merupakan faktor penting yang secara langsung berkontribusi terhadap penyesuaian diri santri.

ABSTRACT

Salsabila, Salma Nehaya. 220401110136. The Role of Psychological Capital on Student Adjustment Santri with Peer Support as a Moderator. Undergraduate Thesis. Department of Psychology, Faculty of Psychology, Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang..

Supervisors : Dr. Muallifah, M.A.

Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si., Psychologist

Examiner : Dr. Hj. Endah Kurniawati P., M.Psi., Psychologist

Keywords: Psychological Capital, Student Adjustment, Peer Support, Santri, Sequential Explanatory

Student adjustment is an essential ability that new comer grade students in Islamic boarding schools (*santri*) need to possess in order to adapt to a new environment with academic, social, and spiritual demands that differ from their previous educational level. Poor adjustment may hinder students' learning processes and psychological well-being. Psychological capital was selected as an internal factor presumed to enhance adjustment because it encompasses self-efficacy, hope, optimism, and resilience. In addition, dukungan teman sebaya was chosen as an external factor that may facilitate students' adjustment through emotional, informational, and social support.

This study aimed to examine the role of modal psikologis on penyesuaian diri santri, with dukungan teman sebaya serving as a moderating variable among seventh grade students in Islamic boarding schools. A mixed-method approach with a sequential explanatory design was employed, beginning with quantitative data collection and analysis, followed by qualitative data to gain a deeper understanding of the findings.

The results indicated that modal psikologis was at a moderate level (55.4%), penyesuaian diri santri was at a moderate level (56%), and dukungan teman sebaya was also at a moderate level (58.2%). Data analysis revealed that modal psikologis had a positive and significant effect on penyesuaian diri santri. Peer support also had a positive and significant effect on penyesuaian diri santri. However, dukungan teman sebaya was not found to moderate the relationship between modal psikologis and penyesuaian diri santri. These findings suggest that modal psikologis and dukungan teman sebaya are important factors that directly contribute to students' adjustment in Islamic boarding schools.

المخلص

سلسبيل، سلمى نهاية. 220401110136. دور رأس المال النفسي في التوافق الطلابي مع دعم الأقران كمتغير مُعدّل. رسالة جامعية. قسم علم النفس، كلية علم النفس، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج.

المشرفتان: الدكتورة معلقة، الماجستير.

الدكتورة عين تري راهايو، الماجستير، أخصائية نفسية

الممتحن: الدكتورة الحاجة إنداه كورنياواتي ف.ب، ماجستير في علم النفس، أخصائية علم النفس

الكلمات المفتاحية: رأس المال النفسي، التوافق الطلابي، دعم الأقران، طلاب المعاهد الإسلامية (السانتري)، التصميم التفسيري المتتابع.

يُعد التوافق الطلابي من القدرات المهمة التي ينبغي أن يمتلكها طلاب الصف السابع في المعاهد الإسلامية الداخلية لمواجهة الانتقال إلى بيئة تعليمية جديدة تختلف في متطلباتها الأكاديمية والاجتماعية والروحية عن المرحلة التعليمية السابقة. وقد يؤدي ضعف التوافق إلى إعاقة عملية التعلم والتأثير سلبيًا في الرفاه النفسي للطلاب. وقد اختير رأس المال النفسي بوصفه عاملاً داخلياً يُتوقع أن يساهم في تعزيز القدرة على التكيف، نظرًا لتكوينه من الكفاءة الذاتية والأمل والتفاؤل والمرونة النفسية. كما اختير دعم الأقران بوصفه عاملاً خارجياً يمكن أن يساهم في دعم عملية التوافق من خلال المساندة الانفعالية والمعلوماتية والاجتماعية.

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة دور رأس المال النفسي في التوافق الطلابي مع دعم الأقران كمتغير مُعدّل لدى طلاب الصف السابع في المعاهد الإسلامية الداخلية. واستخدمت الدراسة المنهج المختلط بتصميم تفسيري متتابع (Sequential Explanatory)، حيث بدأت بجمع وتحليل البيانات الكمية، ثم استُكملت بالبيانات النوعية لتعميق فهم نتائج الدراسة.

أظهرت النتائج أن مستوى رأس المال النفسي كان متوسطاً بنسبة (55.4%)، وأن مستوى التوافق الطلابي كان متوسطاً بنسبة (56%)، كما كان مستوى دعم الأقران متوسطاً بنسبة (58.2%). وكشفت نتائج التحليل أن رأس المال النفسي يؤثر تأثيراً إيجابياً ودالاً إحصائياً في التوافق الطلابي، كما أن دعم الأقران يؤثر تأثيراً إيجابياً ودالاً إحصائياً في التوافق الطلابي. إلا أن دعم الأقران لم يثبت دوره كمتغير مُعدّل في العلاقة بين رأس المال النفسي والتوافق الطلابي. وتشير هذه النتائج إلى أن رأس المال النفسي ودعم الأقران يمثلان عاملين مهمين يساهمان بصورة مباشرة في تعزيز التوافق الطلابي لدى طلاب المعاهد الإسلامية الداخلية.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Peralihan dari Sekolah Dasar (SD) ke Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan salah satu masa transisi pendidikan yang penting karena siswa menghadapi perubahan secara bersamaan pada sistem pembelajaran, struktur sekolah, tuntutan akademik, pola interaksi sosial, dan tingkat kemandirian. Pada jenjang SD, siswa umumnya belajar dalam lingkungan yang relatif stabil, berinteraksi dengan jumlah guru yang lebih terbatas, serta memperoleh pengawasan yang lebih dekat. Ketika memasuki SMP, siswa harus menyesuaikan diri dengan guru mata pelajaran yang berbeda, jadwal yang lebih padat, aturan yang lebih kompleks, tuntutan tugas yang meningkat, serta kelompok teman sebaya yang lebih luas. Perubahan lingkungan tersebut dapat menimbulkan ketidaksesuaian antara kebutuhan perkembangan siswa dan tuntutan lingkungan sekolah apabila tidak diikuti kemampuan adaptasi yang memadai. Kondisi ini sejalan dengan perspektif stage-environment fit yang menjelaskan bahwa masalah penyesuaian dapat muncul ketika karakteristik lingkungan pendidikan tidak selaras dengan kebutuhan perkembangan individu pada masa remaja awal (Eccles et al., 1993).

Pemilihan siswa pada jenjang awal SMP, khususnya kelas VII atau santri baru, menjadi penting karena mereka mengalami dua transisi sekaligus. Transisi pertama adalah perpindahan dari jenjang SD menuju SMP, sedangkan transisi kedua adalah perubahan perkembangan dari masa kanak-kanak akhir menuju remaja awal. Pada rentang usia sekitar 12–14 tahun, individu mulai mengalami perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial yang cepat. Remaja awal mulai menuntut kemandirian, tetapi kemampuan regulasi emosi dan pengambilan keputusan masih berkembang. Pada saat yang sama, penerimaan kelompok teman sebaya menjadi semakin bermakna, sensitivitas terhadap penilaian sosial meningkat, dan kebutuhan untuk merasa menjadi bagian dari kelompok semakin kuat (Santrock, 2018; Laursen & Veenstra, 2021). Oleh karena itu, jenjang awal

SMP bukan sekadar tahap pendidikan yang baru, melainkan periode yang secara perkembangan memiliki kerentanan sekaligus peluang besar untuk pembentukan pola penyesuaian yang akan memengaruhi keberlangsungan pendidikan siswa pada tahap berikutnya.

Kemampuan siswa dalam menghadapi berbagai perubahan tersebut dapat dijelaskan melalui konsep penyesuaian diri santri. Penyesuaian diri santri merupakan proses ketika siswa mampu menyelaraskan kebutuhan, kemampuan, dan perilakunya dengan tuntutan lingkungan pendidikan. Penyesuaian ini mencakup beberapa ranah yang saling berkaitan, yaitu penyesuaian akademik, sosial, personal-emosional, dan perilaku terhadap aturan lembaga. Penyesuaian akademik terlihat dari kemampuan mengikuti pembelajaran, mengerjakan tugas, menjaga motivasi, dan menggunakan strategi belajar yang sesuai. Penyesuaian sosial berkaitan dengan kemampuan membangun hubungan yang sehat dengan teman, guru, dan pengasuh. Penyesuaian personal-emosional tercermin pada kemampuan mengelola rasa cemas, rindu rumah, kecewa, dan tekanan. Penyesuaian perilaku tampak pada kesiediaan mengikuti jadwal, tata tertib, dan kebiasaan yang berlaku. Siswa yang memiliki penyesuaian diri santri baik bukan berarti tidak mengalami kesulitan, melainkan mampu merespons kesulitan secara adaptif, mencari bantuan ketika diperlukan, dan secara bertahap berfungsi efektif dalam lingkungan barunya.

Kesulitan penyesuaian diri santri pada remaja awal dapat diamati melalui perilaku sehari-hari, sehingga fenomenanya tidak hanya berada pada tingkat perasaan yang tidak terlihat. Pada ranah akademik, siswa dapat menunjukkan penurunan konsentrasi, enggan mengikuti pelajaran, terlambat mengumpulkan tugas, pasif di kelas, atau mengalami penurunan motivasi belajar. Pada ranah sosial, kesulitan penyesuaian dapat tampak melalui kecenderungan menyendiri, sulit memulai pertemanan, ketergantungan berlebihan pada satu teman, mudah terlibat konflik, atau merasa tidak diterima oleh kelompok. Pada ranah emosional, siswa dapat sering menangis, mudah marah, cemas, mengeluh sakit tanpa penyebab medis yang jelas, mengalami gangguan tidur, atau berulang kali meminta pulang. Pada ranah perilaku, siswa dapat melanggar tata tertib,

menghindari kegiatan, terlambat mengikuti jadwal, atau menunjukkan keinginan untuk meninggalkan lembaga. Apabila berlangsung terus-menerus, pola tersebut dapat meningkatkan risiko ketidakhadiran, masalah disiplin, penurunan prestasi, stres psikologis, bahkan keputusan untuk berhenti atau pindah dari lingkungan pendidikan.

Tuntutan penyesuaian menjadi lebih kompleks ketika siswa tidak hanya memasuki jenjang SMP, tetapi juga mulai tinggal jauh dari keluarga dalam lingkungan pendidikan berasrama. Siswa harus belajar mengatur kebutuhan pribadi, berbagi ruang dan fasilitas, mengikuti jadwal kolektif, menyelesaikan konflik dengan teman sekamar, serta menjalani interaksi sosial dalam intensitas yang tinggi. Pemisahan dari orang tua juga dapat memunculkan homesickness, terutama pada siswa yang sebelumnya belum pernah tinggal jauh dari keluarga. Menghadapi kondisi tersebut, keberhasilan penyesuaian tidak hanya ditentukan oleh kemampuan mengikuti pembelajaran formal, tetapi juga oleh kemampuan menjalani kehidupan sehari-hari secara mandiri, menerima perbedaan kebiasaan, mengelola tekanan sosial, dan membangun rasa aman di lingkungan baru. Oleh karena itu, konteks pendidikan berasrama menyediakan situasi yang relevan untuk mengkaji penyesuaian diri santri karena perubahan akademik, sosial, emosional, dan kehidupan sehari-hari terjadi secara simultan.

Meskipun sama-sama menyediakan tempat tinggal bagi peserta didik, pondok pesantren tidak sepenuhnya dapat disamakan dengan boarding school. Istilah boarding school pada dasarnya menekankan model sekolah yang menyediakan asrama sebagai tempat tinggal siswa. Sementara itu, pesantren merupakan lembaga pendidikan yang memiliki kekhasan kelembagaan, nilai, tradisi, dan relasi sosial-keagamaan. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2019 menegaskan bahwa pesantren menjalankan fungsi pendidikan, dakwah, dan pemberdayaan masyarakat, serta tumbuh melalui tradisi dan kekhasannya sendiri. Kehidupan pesantren umumnya ditandai oleh keberadaan kiai atau pengasuh, santri, pondok atau asrama, masjid atau musala, pembelajaran keislaman, pembiasaan ibadah, penanaman adab, serta kehidupan komunal yang berlangsung sepanjang hari. Oleh sebab itu, penelitian ini memilih konteks

pondok pesantren, bukan boarding school secara umum, karena proses penyesuaian santri berlangsung dalam lingkungan yang mengintegrasikan tuntutan akademik, kehidupan asrama, kedisiplinan, pembentukan karakter, dan praktik keagamaan.

Pemilihan Kabupaten Ponorogo sebagai lokasi penelitian didasarkan pada relevansi karakter wilayahnya dengan fokus penelitian. Ponorogo memiliki tradisi pendidikan pesantren yang kuat dan dikenal sebagai salah satu wilayah penting dalam perkembangan pesantren di Jawa Timur. Keberadaan berbagai pesantren, baik yang bercorak tradisional maupun modern, menjadikan kehidupan santri sebagai bagian yang nyata dari ekosistem sosial dan pendidikan daerah. Konteks tersebut memungkinkan penelitian tidak hanya mengamati penyesuaian siswa dalam sekolah formal, tetapi juga penyesuaian santri dalam lingkungan pendidikan yang memiliki ritme kehidupan, aturan, nilai, dan relasi sosial yang khas. Pemilihan lokasi dengan karakter pesantren yang kuat juga meningkatkan kesesuaian antara masalah penelitian dan konteks empiris, karena variabel penyesuaian diri santri, modal psikologis, dan dukungan teman sebaya dapat diamati dalam kehidupan santri yang berlangsung secara intensif dan kolektif.

Penelitian kemudian dipusatkan di Kecamatan Mlarak karena kecamatan ini memiliki identitas pendidikan yang lekat dengan pesantren dan menjadi lokasi Pondok Modern Darussalam Gontor di Desa Gontor, Kecamatan Mlarak, Kabupaten Ponorogo. Keberadaan pesantren besar tersebut turut membentuk lingkungan Mlarak sebagai kawasan yang akrab dengan aktivitas pendidikan santri, mobilitas peserta didik dari berbagai daerah, serta pola kehidupan berasrama dan pembinaan keagamaan. Pemilihan Mlarak Maka bukan hanya didasarkan pada kemudahan akses penelitian, tetapi pada kesesuaian karakter wilayah dengan fenomena yang dikaji. Lingkungan ini memungkinkan peneliti mengkaji santri yang harus menyesuaikan diri dengan keragaman latar belakang teman, aturan yang terstruktur, jadwal kegiatan yang padat, dan tuntutan untuk hidup mandiri. Agar alasan lokasi semakin kuat secara metodologis, penetapan pondok dalam penelitian tetap didasarkan pada kesesuaian karakteristik subjek,

ketersediaan santri baru jenjang SMP, serta izin dan akses terhadap proses pengumpulan data.

Pada santri baru jenjang SMP, perubahan lingkungan tersebut dapat terasa lebih berat karena tuntutan pondok hadir pada saat kapasitas regulasi diri masih berkembang. Santri perlu bangun dan mengikuti kegiatan pada waktu yang telah ditentukan, menjaga kebersihan dan barang pribadi, mengikuti pembelajaran formal dan keagamaan, menggunakan waktu secara disiplin, serta berinteraksi dengan teman selama hampir dua puluh empat jam. Mereka juga perlu menerima pembatasan tertentu dalam komunikasi dengan keluarga dan belajar menyelesaikan masalah tanpa selalu bergantung pada orang tua. Situasi ini dapat memunculkan perasaan tertekan, tidak yakin terhadap kemampuan diri, takut melakukan kesalahan, atau pesimis dapat bertahan. Namun, situasi yang sama juga dapat menjadi ruang perkembangan ketika santri memperoleh kesempatan untuk belajar mandiri, membentuk kebiasaan baru, menemukan strategi pemecahan masalah, dan membangun hubungan sosial yang suportif.

Pihak pesantren pada umumnya tidak membiarkan proses penyesuaian santri berlangsung tanpa pendampingan. Guru, wali kelas, ustaz atau ustazah, pengasuh, musyrif atau musyrifah, serta bagian pengasuhan santri memiliki peran penting dalam membantu santri baru memahami aturan dan kebiasaan pondok. Penanganan dapat dilakukan melalui kegiatan orientasi, penjelasan jadwal dan tata tertib secara bertahap, pemantauan kondisi santri, pendampingan belajar, konseling, pembinaan kelompok, komunikasi dengan orang tua, serta pemberian dukungan ketika santri mengalami homesickness atau konflik. Berada dalam beberapa situasi, santri yang lebih senior juga dapat dilibatkan sebagai pendamping atau teladan. Penanganan yang bersifat suportif dan tidak semata-mata menghukum membantu santri memahami alasan di balik aturan, merasa aman untuk menyampaikan kesulitan, dan belajar bertanggung jawab. Meskipun demikian, respons santri terhadap bentuk pendampingan yang sama dapat berbeda karena setiap santri memiliki sumber daya psikologis dan sosial yang tidak sama.

Perbedaan respons tersebut menunjukkan bahwa dukungan dari guru dan sistem pengasuhan saja belum sepenuhnya menjelaskan keberhasilan penyesuaian

diri santri. Berada dalam kondisi lingkungan yang sama, terdapat santri yang mampu segera membangun rutinitas, mencoba kembali setelah gagal, dan mencari cara ketika menghadapi hambatan. Sebaliknya, terdapat santri yang lebih mudah menyerah, menghindari tantangan, atau menilai kesulitan awal sebagai bukti bahwa dirinya tidak mampu bertahan. Hal ini menunjukkan pentingnya sumber daya psikologis positif dalam diri santri. Salah satu konsep yang dapat menjelaskan kemampuan individu untuk menghadapi tuntutan, mempertahankan usaha, dan bangkit dari kesulitan adalah modal psikologis atau Modal psikologis.

Modal psikologis merupakan kondisi perkembangan psikologis positif yang terdiri atas empat kapasitas utama, yaitu self-efficacy, hope, optimism, dan resilience (Luthans, Youssef, & Avolio, 2007; Luthans et al., 2015). Self-efficacy merujuk pada keyakinan bahwa individu mampu mengerahkan usaha dan menggunakan kemampuannya untuk menyelesaikan tugas yang menantang. Hope mencakup kemauan untuk mencapai tujuan dan kemampuan menemukan jalur alternatif ketika cara pertama mengalami hambatan. Optimism berkaitan dengan kecenderungan memiliki harapan positif yang realistis serta memandang kegagalan sebagai kondisi yang dapat diperbaiki. Resilience merupakan kemampuan bertahan, pulih, dan kembali berfungsi setelah menghadapi tekanan atau kesulitan. Keempat kapasitas tersebut bekerja sebagai sumber daya psikologis yang saling menguatkan, sehingga individu tidak hanya memiliki keinginan untuk berhasil, tetapi juga memiliki keyakinan, strategi, cara pandang, dan daya pulih untuk menghadapi proses penyesuaian.

Modal psikologis relevan diteliti pada usia remaja awal karena Modal psikologis bukan sifat kepribadian yang sepenuhnya menetap. Modal psikologis bersifat state-like, yaitu relatif terbuka untuk dikembangkan melalui pengalaman keberhasilan, pembelajaran sosial, dukungan lingkungan, penetapan tujuan, latihan pemecahan masalah, dan pengalaman bangkit dari kesulitan. Masa awal SMP justru merupakan periode ketika keyakinan terhadap kemampuan diri, cara memandang masa depan, strategi mencapai tujuan, dan pola menghadapi kegagalan sedang berkembang. Pengalaman pertama tinggal di pondok dapat menjadi situasi yang menguji sekaligus membentuk keempat kapasitas tersebut.

Penelitian Modal psikologis pada usia ini penting karena hasilnya tidak hanya menjelaskan mengapa sebagian santri lebih mudah menyesuaikan diri, tetapi juga dapat menjadi dasar bagi program pembinaan yang bersifat preventif dan pengembangan kekuatan, bukan hanya penanganan setelah muncul masalah.

Keberadaan modal psikologis pada santri usia SMP dapat terlihat melalui perilaku konkret. Self-efficacy tampak ketika santri berani mencoba tugas baru, bertanya ketika belum memahami pelajaran, dan yakin dapat mengikuti aturan meskipun belum terbiasa. Hope terlihat ketika santri memiliki tujuan untuk bertahan dan berkembang di pondok serta mampu mencari cara lain ketika menghadapi hambatan, misalnya mengubah strategi belajar atau meminta bantuan. Optimism tampak ketika santri menilai kesulitan pada masa awal sebagai keadaan sementara yang dapat dilewati, bukan sebagai kegagalan permanen. Resilience terlihat ketika santri mampu kembali mengikuti kegiatan setelah mengalami homesickness, konflik, teguran, nilai rendah, atau kegagalan dalam tugas. Maka, Modal psikologis pada remaja awal bukan konsep abstrak yang tidak dapat diamati, melainkan tercermin melalui pilihan respons, ketekunan, cara menginterpretasikan masalah, dan kemampuan kembali berfungsi setelah mengalami tekanan.

Secara konseptual, santri dengan modal psikologis yang tinggi diperkirakan memiliki penyesuaian diri santri yang lebih baik. Keyakinan terhadap kemampuan diri membantu santri menghadapi tugas akademik dan tuntutan kemandirian. Hope membantu santri menetapkan tujuan dan menemukan alternatif ketika strategi awal tidak berhasil. Optimism membuat santri lebih mungkin memandang masa adaptasi sebagai proses yang dapat membaik seiring waktu. Resilience membantu santri pulih setelah mengalami tekanan emosional, kesulitan belajar, konflik pertemanan, atau teguran. Kombinasi keempatnya mendukung perilaku adaptif, seperti mempertahankan keterlibatan dalam kegiatan, menggunakan strategi pemecahan masalah, mencari bantuan secara tepat, dan tidak segera menarik diri ketika menghadapi kesulitan. Oleh karena itu, modal psikologis diduga berperan sebagai sumber daya internal yang

memungkinkan santri mengelola tuntutan akademik, sosial, emosional, dan perilaku di lingkungan pesantren.

Meskipun demikian, proses penyesuaian santri tidak berlangsung secara individual. Masa remaja awal ditandai oleh meningkatnya orientasi terhadap teman sebaya. Teman menjadi sumber informasi sosial, pembanding, tempat berbagi pengalaman, dan sumber rasa diterima. Berada dalam lingkungan pesantren, peran teman sebaya menjadi semakin penting karena santri tinggal bersama, menjalani jadwal yang sama, menghadapi aturan yang serupa, dan berada jauh dari keluarga. Teman sebaya dapat menjadi pihak yang paling cepat mengenali perubahan emosi, kesulitan belajar, atau masalah sehari-hari yang dialami santri. Hubungan teman yang positif dapat menciptakan rasa memiliki, mengurangi kesepian, dan membantu santri memahami bahwa kesulitan pada masa awal merupakan pengalaman yang juga dialami oleh santri lain.

Dukungan teman sebaya merupakan dukungan yang diterima individu dari teman yang memiliki kedudukan atau pengalaman relatif setara. Dukungan tersebut dapat berbentuk dukungan emosional berupa empati, perhatian, penerimaan, dan kesediaan mendengarkan; dukungan informasional berupa saran, penjelasan aturan, atau strategi belajar; dukungan instrumental berupa bantuan nyata dalam kegiatan sehari-hari; serta dukungan penghargaan berupa penguatan bahwa individu mampu menghadapi kesulitan. Di pesantren, dukungan teman sebaya dapat terlihat ketika teman menemani santri yang rindu rumah, mengingatkan jadwal, membantu memahami pelajaran, berbagi perlengkapan, mengajak terlibat dalam kegiatan, atau membantu menyelesaikan konflik. Dukungan semacam ini membuat teman sebaya berfungsi sebagai sumber rasa aman dan keluarga pengganti dalam batas tertentu, terutama ketika akses langsung kepada keluarga tidak dapat dilakukan setiap saat.

Dukungan teman sebaya dalam penelitian ini ditempatkan sebagai variabel moderator karena fokus penelitian bukan hanya mengetahui apakah dukungan teman sebaya berpengaruh langsung terhadap penyesuaian diri santri, tetapi mengetahui apakah tingkat dukungan teman sebaya mengubah kekuatan hubungan antara modal psikologis dan penyesuaian diri santri. Penempatan ini

sesuai dengan stress-buffering hypothesis yang menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi dampak tekanan dan membantu sumber daya individu bekerja secara lebih efektif (Cohen & Wills, 1985). Santri yang memiliki Modal psikologis tinggi akan lebih mudah menerjemahkan keyakinan, harapan, optimisme, dan ketahanannya menjadi perilaku adaptif ketika berada dalam kelompok yang menerima, memberi informasi, dan menyediakan bantuan. Sebaliknya, dalam lingkungan teman sebaya yang menolak, mengejek, atau tidak suportif, sumber daya psikologis yang baik dapat lebih sulit diwujudkan menjadi penyesuaian yang optimal.

Moderasi dukungan teman sebaya juga memungkinkan adanya pola kompensasi. Santri dengan modal psikologis yang belum kuat dapat tetap terbantu dalam proses penyesuaian ketika memperoleh dukungan teman sebaya yang tinggi. Teman dapat memberikan model perilaku, menguatkan keyakinan diri, menawarkan jalur pemecahan masalah, menumbuhkan harapan, dan membantu santri bangkit dari pengalaman yang tidak menyenangkan. Sebaliknya, santri yang memiliki Modal psikologis relatif tinggi mungkin lebih mampu bertahan ketika dukungan teman sebaya rendah, tetapi penyesuaiannya tetap berisiko tidak optimal karena kehidupan pesantren menuntut keterlibatan sosial yang intensif. Oleh karena itu, arah moderasi perlu diuji secara empiris. Dukungan teman sebaya dapat berfungsi sebagai penguat yang membuat Modal psikologis semakin efektif atau sebagai penyangga yang membantu santri ketika sumber daya psikologis internalnya belum memadai.

Penempatan dukungan teman sebaya sebagai moderator juga berbeda dari penempatan sebagai mediator. Variabel mediator digunakan apabila modal psikologis diasumsikan terlebih dahulu membentuk dukungan teman sebaya, kemudian dukungan teman sebaya meneruskan pengaruh tersebut terhadap penyesuaian diri santri. Asumsi tersebut kurang sesuai dengan fokus penelitian ini karena dukungan teman sebaya merupakan kondisi sosial yang dapat tersedia dalam tingkat berbeda, terlepas dari tinggi-rendahnya Modal psikologis santri. Santri dengan Modal psikologis yang sama dapat menunjukkan tingkat penyesuaian yang berbeda ketika berada di lingkungan pertemanan yang berbeda.

Oleh karena itu, dukungan teman sebaya lebih tepat diposisikan sebagai kondisi yang menjawab pertanyaan “kapan” atau “berada dalam kondisi sosial seperti apa” modal psikologis lebih kuat berperan terhadap penyesuaian diri santri.

Sejumlah penelitian telah menunjukkan bahwa sumber daya psikologis positif berkaitan dengan keterlibatan, kesejahteraan, kemampuan menghadapi tekanan, dan keberhasilan adaptasi. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya berkaitan dengan penyesuaian akademik, penurunan stres, rasa memiliki, dan kesejahteraan siswa. Namun, banyak penelitian masih menempatkan modal psikologis dan dukungan teman sebaya sebagai prediktor langsung yang terpisah. Kajian yang menguji interaksi keduanya pada santri baru jenjang awal SMP dalam konteks pesantren masih terbatas. Padahal, kehidupan pesantren menyediakan konteks yang kuat untuk menguji interaksi faktor internal dan eksternal karena santri menghadapi tuntutan berlapis dan tinggal dalam kelompok teman sebaya secara intensif.

Keterbatasan tersebut menunjukkan adanya ruang penelitian yang penting. Penelitian pada santri baru jenjang SMP di Kecamatan Mlarak dapat memberikan gambaran mengenai peran modal psikologis dalam penyesuaian diri santri sekaligus menjelaskan apakah dukungan teman sebaya memperkuat atau mengubah hubungan tersebut. Kajian ini memiliki nilai teoritis karena mengintegrasikan sumber daya psikologis positif dengan konteks dukungan sosial dalam menjelaskan penyesuaian siswa. Secara praktis, hasil penelitian dapat membantu pesantren menyusun program orientasi, pengasuhan, pendampingan teman sebaya, layanan konseling, dan pengembangan Modal psikologis yang lebih tepat. Penanganan tidak hanya diarahkan pada santri yang telah menunjukkan pelanggaran atau keinginan pulang, tetapi juga pada penguatan efikasi diri, harapan, optimisme, ketahanan, dan kualitas hubungan teman sejak awal masa masuk pondok.

Berdasarkan uraian tersebut, penyesuaian diri santri pada santri baru jenjang SMP merupakan fenomena yang perlu dikaji karena terjadi pada pertemuan antara transisi pendidikan, perkembangan remaja awal, pemisahan dari keluarga, dan tuntutan kehidupan pesantren. Modal psikologis diperkirakan

menjadi sumber daya internal yang membantu santri menghadapi tuntutan tersebut, sedangkan dukungan teman sebaya menjadi kondisi sosial yang dapat memperkuat atau mengubah efektivitas sumber daya psikologis tersebut. Pemilihan pondok pesantren di Kecamatan Mlarak, Kabupaten Ponorogo, didasarkan pada kekhasan wilayah dan relevansi ekosistem pesantrennya, bukan semata-mata pada model tempat tinggal berasrama. Oleh karena itu, penelitian ini diarahkan untuk menguji peran modal psikologis terhadap penyesuaian diri santri dengan dukungan teman sebaya sebagai variabel moderator pada santri baru jenjang SMP di pondok pesantren Kecamatan Mlarak, Kabupaten Ponorogo.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka dapat beberapa rumusan masalah yang dapat dikaji lebih lanjut sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat *Modal psikologis (Modal psikologis)* memengaruhi kemampuan penyesuaian diri santri pada santri di Pondok Pesantren?
2. Apakah dukungan teman sebaya berperan sebagai moderator dalam memperkuat atau melemahkan pengaruh *Modal psikologis* terhadap *penyesuaian diri pada santri* pada santri tersebut?
3. Seberapa besar pengaruh dukungan teman sebaya terhadap proses penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren?
4. Bagaimana elemen-elemen *Modal psikologis* seperti *self-efficacy, optimism, hope, dan resilience* berinteraksi dengan dukungan teman sebaya untuk meningkatkan harmoni antara tuntutan internal santri dan ekspektasi lingkungan pesantren?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka terdapat beberapa tujuan pelaksanaan penelitian sebagai berikut:

1. Mengetahui bagaimana tingkat *Modal psikologis (Modal psikologis)* memengaruhi kemampuan penyesuaian diri santri pada santri di Pondok Pesantren.

2. Mengetahui apakah *dukungan teman sebaya* berperan sebagai moderator dalam memperkuat atau melemahkan hubungan antara *Modal psikologis* dan penyesuaian diri santri pada santri tersebut.
3. Mengetahui seberapa besar pengaruh dukungan teman sebaya terhadap proses penyesuaian diri santri dalam menghadapi rutinitas harian yang ketat di Pondok Pesantren.
4. Mendeskripsikan bagaimana elemen-elemen *Modal psikologis* seperti *self-efficacy*, *optimism*, *hope*, dan *resilience* berinteraksi dengan dukungan teman sebaya untuk meningkatkan harmoni antara tuntutan internal santri dan ekspektasi lingkungan pesantren.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

1. Memberikan kontribusi baru pada teori psikologi positif dengan mengintegrasikan konsep *Modal psikologis* (*Modal psikologis*) dan dukungan teman sebaya sebagai moderator dalam model penyesuaian siswa, khususnya dalam konteks pendidikan pesantren yang belum banyak dieksplorasi.
2. Memperkaya pemahaman tentang interaksi antara faktor internal (*Modal psikologis*) dan eksternal (*dukungan teman sebaya*) dalam proses penyesuaian diri siswa, sehingga memperluas literatur tentang resiliensi psikologis dan dukungan sosial di lingkungan kolektif seperti pesantren.
3. Mengidentifikasi kesenjangan dalam penelitian sebelumnya terkait tantangan spiritual, akademik, dan sosial santri, yang dapat menjadi dasar untuk pengembangan teori baru tentang harmoni antara tuntutan internal dan ekspektasi lingkungan.

Manfaat Praktis

1. Memberikan rekomendasi bagi pengelola pesantren, untuk mengembangkan program intervensi berbasis *Modal psikologis* dan penguatan dukungan sebaya, guna meningkatkan kesejahteraan santri dan mengurangi risiko gangguan kesehatan mental.

2. Mendukung kebijakan Kementerian Agama dan Kementerian Pendidikan dalam merancang kurikulum pendidikan Islam yang lebih inklusif, dengan mempertimbangkan aspek psikologis santri untuk memfasilitasi adaptasi yang lebih baik.
3. Bagi pendidik dan konselor di pesantren, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai panduan untuk memberikan dukungan emosional dan sosial yang tepat.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Penyesuaian diri pada santri

1. Pengertian Penyesuaian diri pada santri

Penyesuaian diri santri didefinisikan sebagai proses penyesuaian diri di mana siswa mengembangkan kemampuan untuk mengatasi tantangan transisi ke lingkungan pendidikan baru, mencapai keseimbangan antara tuntutan internal (seperti motivasi dan resiliensi) dan eksternal (seperti norma sosial dan akademik). Harapannya, dari perubahan karena adaptasi tersebut menimbulkan rasa harmonis dan sejahtera dalam kehidupan di sekolah (Zahrah et al., 2025). Schneiders (1964) menjelaskan bahwa penyesuaian pribadi sebagai kemampuan individu untuk beradaptasi dengan tuntutan sosial, emosional, dan psikologis guna mencapai kesejahteraan mental. Kemampuan ini mencakup ketahanan dalam menghadapi tekanan, pemenuhan kebutuhan diri secara sehat, serta pemeliharaan relasi sosial yang positif.

Konsep penyesuaian diri pada santri merujuk pada suatu kompetensi individu untuk mencapai integrasi dan keseimbangan dalam kehidupannya di lingkungan sekolah, yakni suatu proses yang menuntutnya untuk mampu menghadapi dan mengelola berbagai tekanan akademik, sosial, pribadi-emosional maupun institusi (Baker & Siryk, 1984). Sejalan dengan itu, Atwater (1983) mendefinikan penyesuaian diri sebuah proses dinamis sebagai kapasitas untuk bersikap luwes, di mana seseorang dapat mengubah tindakan dan perilakunya sebagai respons terhadap kebutuhan dan tuntutan spesifik yang diciptakan oleh kondisi lingkungannya.

Lazarus (1991) juga mengungkapkan bahwa penyesuaian diri merupakan sebuah proses di mana seseorang berupaya mengelola tekanan atau stres yang muncul akibat adanya tuntutan dari lingkungan yang harus berhadapan dengan kemampuan yang dimilikinya. Penyesuaian dapat dikatakan berhasil apabila individu mampu menemukan cara-cara atau

strategi coping yang efektif, baik dengan fokus langsung pada pemecahan masalah melalui problem-focused coping maupun dengan mengatur dan menenangkan perasaan melalui emosional-focused coping.

Penyesuaian diri di lingkungan sekolah, merupakan proses yang cukup kompleks. Karena sifatnya yang luas, para ahli menyatakan bahwa penyesuaian diri dapat dipahami dari beragam perspektif. Konsep ini dapat dilihat melalui aspek akademik, pribadi, sosial, hingga tingkat keterikatan mahasiswa dengan institusi perguruan tingginya (Turkpour & Mehdinezhad, 2016).

2. Aspek Penyesuaian diri santri

Baker & Siryk (1984) menjelaskan bahwa karena sifatnya yang mencakup banyak sisi, penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah terbagi menjadi empat aspek utama, yaitu:

a. Penyesuaian akademik (*academic adjustment*):

Menggambarkan kemampuan siswa untuk menghadapi dan mengelola berbagai tuntutan yang berkaitan dengan proses akademik, termasuk kemampuan coping terhadap beban belajar.

b. Penyesuaian sosial (*social adjustment*):

Berhubungan dengan bagaimana siswa menyesuaikan diri dalam dinamika sosial sekolah, terutama dalam menjalin hubungan dan berinteraksi dengan teman-teman di lingkungan sekolah.

c. Penyesuaian pribadi-emosional (*personal–emotional adjustment*):

mencakup kondisi emosional dan psikologis siswa, termasuk stres, kesejahteraan fisik, serta gejala somatik yang muncul sebagai respon terhadap tekanan.

d. Keterikatan terhadap institusi dan komitmen terhadap tujuan (*goal-commitment & institutional attachment*):

berkaitan dengan tingkat keterlibatan siswa terhadap sekolah, komitmennya pada tujuan akademik, serta perasaan dan ikatan emosionalnya terhadap institusi pendidikan.

3. **Faktor-Faktor Penyesuaian diri santri**

Schneiders (1964) dalam (Marjan & Hilmi, 2020) menjelaskan bahwa penyesuaian diri santri di lingkungan sekolah dipengaruhi oleh beberapa faktor penting yang saling berhubungan.

a. Kondisi fisik

Faktor pertama berkaitan dengan keadaan tubuh dan kesehatan siswa, yang mencakup bagaimana kebugaran, stamina, serta fungsi tubuh secara umum dapat mendukung atau menghambat kemampuan individu untuk beradaptasi dengan berbagai tuntutan yang muncul dalam kegiatan sekolah. Kondisi fisik yang baik biasanya membuat siswa lebih mudah mengikuti aktivitas belajar, sedangkan kondisi fisik yang kurang optimal dapat mengurangi kesiapan dan keterlibatan dalam proses belajar. Marjan & Hilmi (2020) menjelaskan bahwa Mental, Umur, Gender juga berperan dari faktor fisik individu.

b. Kepribadian

Faktor kedua mencakup seluruh aspek karakter individu, seperti cara berpikir, kebiasaan berperilaku, stabilitas emosi, serta cara siswa menanggapi situasi baru. Kepribadian yang matang dan fleksibel sering kali membantu siswa beradaptasi lebih cepat, sementara karakter yang cenderung kaku atau mudah cemas dapat membuat proses penyesuaian diri menjadi lebih menantang.

c. Proses belajar

Faktor ketiga meliputi cara siswa menerima, mengolah, dan memahami materi pelajaran serta strategi belajar yang digunakan dalam kegiatan akademik. Cara belajar yang efektif, kemampuan mengatur waktu, serta motivasi belajar yang kuat akan mendukung penyesuaian diri yang lebih baik karena siswa dapat mengikuti tuntutan akademik dengan lebih lancar. Selain itu, pengalaman berteman sebelumnya juga menentukan keberhasilan penyesuaian diri pada santri

d. Lingkungan

Faktor keempat berkaitan dengan suasana dan kondisi sosial di sekitar siswa, termasuk hubungan dengan guru, teman sebaya, serta iklim sekolah secara keseluruhan. Lingkungan yang suportif dan kondusif akan mempermudah siswa merasa nyaman, sedangkan lingkungan yang tidak mendukung dapat menimbulkan hambatan dalam proses penyesuaian diri .

e. Agama dan budaya

Faktor kelima mencakup nilai-nilai spiritual dan kebiasaan budaya yang dianut siswa, yang memengaruhi cara mereka memahami diri, bersikap dalam situasi tertentu, dan menghadapi tantangan. Nilai agama dan budaya dapat memberikan pegangan moral serta rasa identitas yang kuat, sehingga membantu siswa menyesuaikan diri secara lebih positif dalam berbagai kondisi sekolah.

4. Penyesuaian diri santri dalam Pandangan Islam

Penyesuaian diri seorang pelajar atau mahasiswa dalam pandangan Islam merupakan proses holistik yang melibatkan penyeimbangan antara tuntutan akademik dan kewajiban spiritual. Proses ini berlandaskan pada keyakinan bahwa menuntut ilmu adalah ibadah dan bentuk pengabdian kepada Allah. Al Qur'an dalam Surah Al Mujadalah ayat 11 menegaskan pentingnya persiapan lahir dan batin dalam menuntut ilmu dengan firman Nya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانْشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ
الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴿١١﴾

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman, apabila dikatakan kepadamu ‘Berilah kelapangan di dalam majelis-majelis,’ lapangkanlah, niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Apabila dikatakan, ‘Berdirilah,’ (kamu) berdirilah. Allah niscaya akan mengangkat orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat. Allah Mahateliti terhadap apa yang kamu kerjakan.”

Ayat ini menjadi pondasi bahwa kesuksesan penyesuaian akademik harus sejalan dengan peningkatan ketakwaan. Keberhasilan dalam bidang akademik, yang merupakan inti dari penyesuaian diri di sekolah, harus diimbangi secara proporsional dengan peningkatan ketakwaan dan kualitas keimanan. Integrasi ini membentuk sebuah kerangka penyesuaian diri yang holistik. Kerangka tersebut tidak berorientasi jangka pendek atau duniawi semata, melainkan bertujuan untuk mencapai kesejahteraan di dunia dan akhirat.

Ketika menghadapi kesulitan dalam memahami pelajaran atau tekanan ujian Islam menganjurkan untuk bersabar dan terus berusaha. Sabda Nabi Muhammad SAW dalam hadis riwayat Tirmidzi memberikan pedoman yang jelas

وَمَنْ سَلَكَ طَرِيقًا يَلْتَمِسُ فِيهِ عِلْمًا سَهَّلَ اللَّهُ لَهُ بِهِ طَرِيقًا إِلَى الْجَنَّةِ

Artinya: *“Barangsiapa menempuh suatu jalan untuk menuntut ilmu maka Allah akan memudahkan baginya jalan menuju surga. Janji kemudahan menuju surga ini bukan berarti tanpa rintangan di dunia melainkan menjamin bahwa setiap kesulitan dalam belajar akan bernilai pahala dan mendapatkan pertolongan Allah jika dijalani dengan kesabaran dan ketekunan.”*

Di sisi lain kehidupan sosial sebagai bagian dari penyesuaian juga diatur dalam Islam dengan prinsip menjaga pergaulan yang baik. Rasulullah SAW bersabda perumpamaan teman yang baik dan teman yang buruk seperti penjual minyak wangi dan pandai besi yang diriwayatkan Bukhari dan Muslim. Pergaulan dengan orang-orang shaleh akan mendukung proses penyesuaian dan memperkuat ketahanan spiritual di tengah lingkungan baru.

B. Modal psikologis

1. Pengertian Modal psikologis

Modal psikologis merupakan kondisi perkembangan psikologis positif pada diri seseorang yang tercermin melalui keyakinan akan kemampuan diri, pandangan yang optimis, harapan terhadap hasil yang baik, serta kemampuan untuk bangkit kembali ketika menghadapi tantangan atau

kesulitan (Luthans, Youssef, et al., 2015). Konsep ini menggambarkan serangkaian kekuatan psikologis yang membantu individu dalam menghadapi berbagai rintangan, mendorong pencapaian tujuan, serta mendukung keberhasilan dalam kehidupan pribadi maupun dalam dunia pekerjaan.

Sejalan dengan itu, Avey et al. (2011) berpendapat bahwa *Modal psikologis* merupakan keadaan perkembangan psikologis yang bersifat positif, yang ditandai dengan adanya keyakinan individu terhadap kemampuannya sendiri, pandangan optimis mengenai peluang keberhasilan saat ini maupun di masa mendatang, ketekunan dalam mengejar tujuan, serta kemampuan untuk tetap bertahan dan pulih ketika menghadapi kegagalan dalam upaya mencapai keberhasilan.

2. **Aspek *Modal psikologis***

Luthans et al. (2017) mengemukakan 4 aspek dalam modal psikologis yang dikenal dengan istilah “HERO”, antara lain:

a. *Hope* (Harapan)

Harapan merupakan motivasi individu untuk menetapkan tujuan dan menemukan jalur alternatif untuk mencapainya, meskipun ada hambatan. Menurut Snyder (2000), harapan merupakan suatu kerangka mental yang terbentuk ketika seseorang memiliki tekad yang kuat dan sekaligus menemukan berbagai metode untuk meraih tujuan yang diinginkan. Lebih lanjut menjelaskan bahwa komponen tekad atau *willpower* merupakan suatu dorongan mental yang mencakup keteguhan hati dan komitmen, yang berfungsi sebagai kekuatan penggerak individu menuju pencapaian tujuannya.

b. *Efficacy* (Efikasi Diri)

Efikasi diri dapat didartikan seagai keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya untuk mencapai tujuan melalui usaha dan ketekunan. Bandura (1995) mengartikan efikasi diri sebagai kepercayaan individu dalam menilai dan mengambil kesimpulan

atas situasi yang sedang dihadapinya. Konsep ini berbeda dengan ekspektasi hasil. Efikasi diri yang dipersepsikan merujuk pada keyakinan seseorang mengenai kemampuannya untuk mengatur dan menjalankan serangkaian tindakan yang diperlukan guna menghadapi situasi di masa depan. Individu dengan efikasi diri tinggi yakin bahwa dirinya mampu melakukan tindakan untuk mempengaruhi peristiwa di sekitarnya dengan usaha yang gigih dalam mengatasi tantangan. Sebaliknya, individu dengan efikasi diri rendah merasa tidak mampu menyelesaikan tugas-tugas di sekitarnya dan cenderung cepat menyerah Maryam (2015).

Pembentukan efikasi diri didorong oleh tiga komponen utama, sebagaimana dijelaskan Rachmahana dalam Fatimah et al. (2021).

- 1) *Outcome Expectancy* atau Pengharapan Hasil, yaitu keyakinan individu tentang hubungan antara perilaku tertentu dengan hasil yang akan diperoleh. Ketika seseorang mengerjakan tugas dengan keyakinan penuh pada kemampuannya, ia juga akan mengharapkan hasil yang optimal. Harapan ini berfungsi sebagai penguat bagi usaha dan keyakinan yang dimiliki.
- 2) *Efficacy-Expectancy* atau Pengharapan Efikasi, yaitu harapan terhadap kemunculan perilaku yang didasarkan pada persepsi individu tentang kemampuan kinerjanya dalam kaitannya dengan hasil. Pengharapan ini cenderung tergeneralisasi pada situasi atau tugas serupa. Pengalaman keberhasilan akan meningkatkan efikasi diri untuk tugas-tugas yang mirip, sementara kegagalan berulang dapat menurunkan keyakinan tersebut.
- 3) *Outcome Value* atau Nilai Hasil, yang merujuk pada tingkat kebermaknaan hasil yang dicapai individu. Hasil yang dianggap sangat bernilai akan memperkuat motivasi untuk meraihnya kembali, karena hasil tersebut

memberikan kepuasan atas usaha yang dilakukan dan pada gilirannya meningkatkan efikasi diri.

c. *Resilience* (Ketahanan)

Resiliensi adalah kemampuan untuk pulih dari kesulitan, kegagalan, atau tekanan, serta tetap kuat secara psikologis. Berdasarkan pandangan Reivich dan Shatte dalam Pratiwi & Yuliandri (2022), resiliensi merupakan kapasitas individu untuk menghadapi, mengatasi, dan menyesuaikan diri dengan peristiwa-peristiwa sulit atau tantangan hidup yang berat. Kemampuan ini dianggap penting bagi setiap orang. Alasannya, menurut Deswanda dalam (Pratiwi & Yuliandri, 2022), dengan memiliki daya tahan psikologis ini, seseorang akan lebih siap dan terampil dalam mengelola serta melewati berbagai kesulitan yang muncul dalam perjalanan hidupnya.

Resiliensi merupakan kapasitas untuk pulih dan bangkit dari berbagai pengalaman buruk, yang dapat bersumber dari bawaan kepribadian maupun hasil dari proses belajar dan pengalaman hidup. Bersumber pada kajian psikologi, konsep ini merujuk pada kemampuan seseorang untuk beradaptasi dan bertahan dalam kondisi yang penuh tekanan, serta kemampuannya untuk menyelesaikan masalah dan kembali ke keadaan stabil setelah menghadapi peristiwa yang menegangkan. Pengembangan resiliensi tidak hanya penting untuk menghadapi tekanan dan kesulitan hidup, tetapi juga secara signifikan dapat meningkatkan kualitas hidup secara menyeluruh. Istilah *resilience*, yang diterjemahkan sebagai ketahanan, berasal dari kata Latin *resilire* yang artinya melompat kembali. Hal ini menggambarkan kemampuan untuk terus bergerak maju dan melampaui berbagai hambatan yang sebelumnya menghalangi perkembangan (Haru, 2023).

d. *Optimism* (Optimisme)

Optimisme adalah pandangan positif terhadap masa depan, termasuk kemampuan untuk melihat kegagalan bersifat sementara dan dapat diatasi. Optimisme merujuk pada keyakinan individu bahwa segala peristiwa akan cenderung menghasilkan hasil yang positif (Sidabalok et al., 2019). Seligman dalam (Ghufron & Risnawita, 2016). mendefinisikan optimisme sebagai sebuah kecenderungan untuk memandang kehidupan secara lebih luas dengan sudut pandang yang baik, senantiasa berpikir positif, dan mudah menemukan arti dalam berbagai pengalaman. Seseorang yang bersikap optimis cenderung mampu menciptakan hasil yang lebih baik daripada masa lalu, tidak mudah dihantui oleh ketakutan akan kegagalan, dan memiliki ketekunan untuk bangkit dan mencoba lagi apabila mengalami kegagalan.

Lopez dan Snyder dalam (Ghufron & Risnawita, 2016) menjelaskan bahwa perasaan optimis mengarahkan individu untuk mencapai cita-citanya dengan didasari kepercayaan terhadap diri sendiri dan kemampuan yang dimilikinya. Sikap optimis juga memungkinkan seseorang untuk lebih cepat keluar dari berbagai masalah, karena ia meyakini dan merasa memiliki kapasitas untuk mengatasi tantangan.

3. **Faktor-Faktor yang Memengaruhi *Modal psikologis***

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Luthans, Youssef, dan Avolio dalam (Agustin & Jannah, 2021), terdapat dua kapabilitas utama yang berpengaruh terhadap pembentukan *modal psikologis*. Faktor pertama adalah kapasitas kognitif, yang merujuk pada kemampuan individu untuk mengatur dan mengarahkan proses berpikirnya secara efektif. Faktor kedua adalah kapasitas afektif, yaitu kemampuan individu dalam mengelola dan meregulasi keadaan emosional serta perasaannya. Temuan ini diperkuat oleh penelitian sebelumnya dari Guangyi & Shanshan (2016) yang mengidentifikasi bahwa modal psikologis dipengaruhi oleh berbagai faktor yang lebih luas. Faktor-faktor tersebut dapat dikelompokkan menjadi

karakteristik individu, aspek sosial budaya, kondisi organisasi, dan lingkungan secara umum. Pada kategori karakteristik individu, variabel yang dipertimbangkan mencakup usia, tingkat pendidikan, tipe kepribadian, serta jenis kelamin.

4. Modal psikologis dalam Pandangan Islam

Modal psikologis (*Modal psikologis*) dalam perspektif Islam bukan sekadar konsep adaptif dari psikologi Barat, melainkan sebuah konstruk yang telah hidup dan berkembang sejak diturunkannya wahyu pertama. Ia merupakan rangkaian sumber daya psikologis positif yang berakar pada tauhid, dijiwai oleh spiritualitas, dan diarahkan untuk mencapai tujuan duniawi sekaligus ukhrawi. Fondasinya adalah keimanan kepada Allah SWT, yang memberikan landasan makna eksistensial, ketenangan batin (*as-sakinah*), dan kerangka berpikir yang holistik, sehingga membentuk kepribadian muslim yang unggul, tangguh, dan selalu terhubung dengan sumber kekuatan yang tak terbatas.

Secara mendetail, keempat pilar *Modal psikologis* memiliki resonansi yang kuat dan mendalam dengan ajaran Islam, yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Efikasi Diri (*Self Efficacy*)

Efikasi Diri atau *Self Efficacy* dalam Islam merupakan sebuah keyakinan yang bersumber dari kesadaran mendalam. Keyakinan akan kemampuan diri, atau *i'tiqad*, ini lahir dari pemahaman bahwa segala potensi adalah anugerah dan amanah dari Allah SWT. Kesadaran ini tidak akan melahirkan kesombongan. Sebaliknya, ia justru memupuk tanggung jawab untuk mengoptimalkan setiap ikhtiar dengan sikap profesional.

Al-Qur'an telah memberikan penegasan yang jelas mengenai hal ini. Firman Allah dalam Surah At Taubah ayat 105 menyatakan,

وَقُلْ اَعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ اِلَىٰ عِلْمِ الْغَيْبِ
وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ ﴿١٠٥﴾

Artinya: "Dan katakanlah, Bekerjalah kamu, maka Allah akan melihat pekerjaanmu, begitu juga Rasul Nya dan orang orang mukmin."

Ayat ini menjadi landasan motivasi yang kuat untuk senantiasa berusaha dengan maksimal dan mencapai standar terbaik dalam setiap perbuatan. Namun, fondasi keyakinan ini memiliki puncak yang agung. Puncak kepercayaan diri seorang Muslim terwujud ketika ia menyandarkan seluruh hasil usahanya hanya kepada kehendak dan pertolongan Allah SWT. Hal ini sesuai dengan firman Nya dalam Surah Ali Imran ayat 160,

اِنْ يَنْصُرْكُمُ اللَّهُ فَلَا غَالِبَ لَكُمْ وَاِنْ يَخْذَلْكُمْ فَمَنْ ذَا الَّذِي يَنْصُرُكُمْ مِنْ بَعْدِهِ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴿١٦٠﴾

Artinya: "Jika Allah menolong kamu, maka tak ada orang yang dapat mengalahkan kamu."

Maka, esensi efikasi diri dalam Islam adalah sebuah sinergi yang harmonis. Sinergi ini terjadi antara ikhtiar manusiawi yang gigih dan penuh kesungguhan dengan kepasrahan yang tulus dalam bertawakal kepada kekuasaan Ilahi.

b. Optimisme (*Optimism*)

Optimisme dalam perspektif Islam adalah sebuah kerangka berpikir yang jauh melampaui sekadar pandangan positif biasa. Ia adalah sebuah keyakinan teologis yang terangkum dalam konsep agung, yaitu *husnudzan billah*. Konsep ini mengajarkan seorang Muslim untuk senantiasa berprasangka baik kepada Allah SWT dalam setiap keadaan, baik dalam kelapangan maupun kesempitan, dalam kegembiraan maupun kesusahan. Landasan utamanya adalah kesadaran penuh bahwa rencana dan ketetapan Allah, meski terkadang tak sesuai dengan keinginan manusia,

selalu lebih indah, lebih bijaksana, dan penuh dengan kemaslahatan yang mungkin tidak terjangkau oleh pengetahuan hamba-Nya.

Al-Qur'an menanamkan pondasi optimisme ini dengan jaminan yang tegas dan berulang. Firman Allah dalam Surah Al-Insyirah ayat 5 hingga 6 menyatakan,

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ

Artinya: *"Karena sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan."*

Pengulangan kalimat dalam ayat ini bukanlah pengulangan biasa, melainkan sebuah penegasan Ilahi yang kuat akan kepastian janji-Nya. Setiap satu kesulitan tidak hanya diiringi satu kemudahan, tetapi dua kemudahan. Ini adalah rumus matematis ilahiah yang menjadi sumber harapan tak terbatas, mengajarkan bahwa tidak ada kesulitan yang abadi dan tidak ada jalan buntu dalam pandangan Sang Pencipta.

Rasulullah SAW melalui sabda beliau memberikan rumusan praktis bagaimana optimisme ini dijalani dalam keseharian. Disadur dari sebuah hadis riwayat Imam Muslim, beliau bersabda,

عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ لَهُ خَيْرٌ وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ، إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَاءٌ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ

Artinya: *"Sungguh menakjubkan urusan seorang mukmin. Seluruh urusannya adalah baik. Jika mendapat kesenangan, ia bersyukur dan itu baik baginya. Jika tertimpa kesusahan, ia bersabar dan itu baik baginya."*

Hadis ini membentuk pola pikir yang sangat mendasar. Ia mengubah paradigma seorang mukmin dari melihat peristiwa menjadi melihat respons. Kebajikan bukan lagi semata-mata

terletak pada apa yang terjadi, tetapi pada bagaimana sikap hamba dalam menyikapinya. Ketika bersyukur, nikmat menjadi bertambah dan bernilai pahala. Ketika bersabar, musibah menjadi pelebur dosa dan pengangkat derajat. Pada akhirnya, segala situasi berpotensi menghasilkan kebaikan.

Oleh karena itu, optimisme Islami adalah optimisme yang bersifat realistis, aktif, dan terikat. Realistis karena mengakui realitas pahitnya ujian dan beratnya cobaan, tidak menutup mata atau mengabaikannya. Aktif karena tidak hanya menunggu, tetapi mendorong tindakan konkret; bersyukur adalah amal aktif, bersabar pun memerlukan perjuangan mental yang aktif. Dan yang terpenting, ialah terikat dengan keyakinan kepada takdir (*qadha*) dan kebijaksanaan (hikmah) Allah. Seorang Muslim yang optimis tidak frustrasi ketika usahanya belum berbuah, karena ia yakin ada skenario yang lebih besar yang sedang Allah tulis. Ia percaya bahwa dibalik penundaan ada perlindungan, dan dibalik penolakan ada pilihan yang lebih baik dari Yang Maha Mengetahui. Optimisme seperti inilah yang melahirkan ketenangan batin (*as-sakinah*) dan ketangguhan jiwa (*al-quwwah an-nafsiyyah*) yang sejati, karena sumbernya adalah keyakinan kepada Dzat yang Maha Kuasa atas segala sesuatu.

c. Harapan (*Hope*)

Harapan, atau *raja'* dalam terminologi Islam, merupakan sebuah konsep spiritual yang dinamis dan pendaya gerak. Ia bukan sekadar keinginan samar atau khayalan pasif yang mengawang tanpa realisasi. Lebih dari itu, harapan dalam Islam adalah sebuah dinamika spiritual yang mendalam, sebuah kerinduan aktif yang secara intrinsik mendorong tindakan nyata. Ia adalah energi batin yang mendasari ikhtiar, memancar dari keyakinan akan keluasan rahmat Allah dan keridhaan-Nya. Harapan seorang Muslim tidak pernah terpisah dari usaha kongkrit, karena ia memahami bahwa

pintu rahmat Allah terbuka bagi mereka yang bersungguh-sungguh meraihnya.

Al Qur'an dengan sangat jelas menggambarkan profil keimanan yang dijiwai oleh harapan aktif ini. Pada Surah Al Baqarah ayat 218, Allah SWT berfirman,

إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَالَّذِينَ هَاجَرُوا وَجَاهَدُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أُولَٰئِكَ يَرْجُونَ رَحْمَتَ اللَّهِ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ٢١٨

Artinya: *"Sesungguhnya orang-orang yang beriman, orang-orang yang berhijrah, dan berjihad di jalan Allah, mereka itu mengharapkan rahmat Allah."*

Ayat ini menunjukkan pola yang tegas: harapan (*raja'*) bukanlah titik akhir, melainkan titik awal yang menggerakkan. Harapan akan rahmat Allah itulah yang menjadi motivasi mendalam untuk melakukan tindakan transformatif dan berat, yaitu hijrah meninggalkan zona nyaman dan jihad berjuang di jalan-Nya. Maka, harapan Islami secara alamiah terkait dengan perubahan, pengorbanan, dan pergerakan menuju kebaikan.

Namun, dinamika ini memiliki tahap penyempurnaan yang menentukan. Setelah usaha dilaksanakan dengan maksimal, harapan tersebut dimatangkan dan ditenangkan melalui sikap ketergantungan total kepada Allah, yaitu tawakkal. Inilah maktu di mana manusia melepaskan kebergantungan pada dirinya sendiri dan sepenuhnya bersandar kepada rencana dan kuasa Ilahi. Allah menjamin dalam firman-Nya,

وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ ۚ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ۚ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ ۚ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا ٣

Artinya: *"Dan barangsiapa bertawakkal kepada Allah, niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)nya."* (QS. Ath Thalaq: 3).

Tawakkal inilah yang mengubah kegelisahan dalam menanti hasil menjadi ketenangan, karena keyakinan bahwa kecukupan dan keputusan terbaik mutlak berada di tangan Allah. Oleh karena itu, konstruk harapan dalam Islam berfungsi sebagai penjaga keseimbangan psikologis dan spiritual yang sangat sempurna. Di satu sisi, ia dengan tegas menghalau penyakit keputusasaan (*al-ya's*).

Sebagaimana pesan Nabi Ya'qub kepada anak-anaknya dalam Surah Yusuf ayat 87,

لَقَدْ كَانَ فِي يُوسُفَ وَإِخْوَتِهِ آيَاتٍ لِّلسَّاعِيْنَ ﴿٨٧﴾

Artinya: *"Dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya yang berputus asa dari rahmat Allah hanyalah orang-orang yang kafir."*

Harapan akan rahmat Allah yang tak pernah padam adalah ciri keimanan. Di sisi lain, harapan ini juga melindungi seseorang dari bahaya kesombongan (*al-kibr*). Karena hakikatnya, harapan itu tertuju kepada rahmat Allah, bukan semata-mata pada kemampuan diri sendiri. Segala keberhasilan yang dicapai disadari sebagai buah dari usahanya yang digerakkan harapan, yang pada akhirnya tetap merupakan anugerah dan karunia dari Allah SWT.

d. Resiliensi (*Resilience*)

Membahas ketahanan mental atau resiliensi dalam perspektif Islam mengajak kita untuk menyelami sebuah konsep yang jauh lebih dalam dan kokoh daripada sekadar kemampuan untuk bangkit dari kesulitan. Menurut khazanah keilmuan Islam, fondasi resiliensi dibangun di atas dua pilar utama yang saling menguatkan: kesabaran (*sabr*) yang teguh dan penerimaan hati yang penuh syukur (*qana'ah*). Kesabaran di sini sama sekali bukan sikap pasif atau kepasrahan tanpa daya. Sebaliknya, ia

merupakan sebuah keteguhan hati yang aktif, sebuah kekuatan batin yang memungkinkan seseorang untuk tetap tegak menjalankan perintah Allah, konsisten menjauhi larangan-Nya, dan tetap tegar menghadapi takdir yang terasa pahit sekalipun. Ia adalah daya tahan spiritual yang membuat seorang muslim tidak goyah dalam prinsip, tidak patah dalam semangat beribadah, dan tidak larut dalam keputusan saat diuji.

Al-Qur'an telah memberikan panduan yang sangat komprehensif dan realistis mengenai hakikat ujian dan cara meresponsnya. Pada Surah Al-Baqarah ayat 155 hingga 156, Allah berfirman,

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُّصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿١٥٦﴾

Artinya: *"Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar. (Yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan, 'Inna lillahi wa inna ilaihi raji'un' (Sesungguhnya kami milik Allah dan kepada-Nyalah kami kembali)."*

Ayat ini dengan gamblang mengakui realita penderitaan manusiawiseperti rasa takut, kehilangan, dan kekurangan. Namun segera mengalihkan fokus dari beban musibah kepada kekuatan respons. Kalimat *istirja'* (*"inna lillahi wa inna ilaihi raji'un"*) yang diajarkan bukan sekadar ucapan bibir, melainkan sebuah deklarasi teologis yang menyadarkan hati. Deklarasi ini mengingatkan bahwa segala sesuatu, termasuk diri kita, adalah milik Allah yang bersifat sementara, dan bahwa setiap perjalanan, termasuk yang terasa menyakitkan, pada akhirnya bermuara kembali kepada-Nya. Kesadaran inilah yang mengubah persepsi

terhadap penderitaan, dari sebuah bencana yang sia-sia menjadi sebuah perjalanan pulang yang penuh makna.

Lebih jauh, resiliensi dalam Islam tidak berhenti pada kemampuan bertahan. Ia berkembang menjadi sebuah kekuatan yang justru menghasilkan ketenangan dan kedamaian batin yang mendalam, yang dalam Al-Qur'an disebut sebagai *an-nafs al-mutma'innah* (jiwa yang tenang). Jiwa yang telah ditempa oleh kesabaran sejati dan penerimaan yang ikhlas akan mencapai sebuah stabilitas emosional dan spiritual yang unik. Oleh karena itu, seseorang tidak lagi mudah diombang-ambingkan oleh naik turunnya keadaan duniawi.

Maka dari itu, Resiliensi Islami adalah proses transformatif yang mengubah cobaan menjadi pembersih hati, mengubah kesabaran menjadi jalan pendakian menuju ketenangan abadi, dan mengubah kepasrahan menjadi sumber kekuatan yang tak tertandingi, karena bersumber dari keyakinan bahwa setiap langkah dalam kesulitan sejatinya adalah langkah mendekat kepada Yang Maha Kuasa.

C. Dukungan teman sebaya

1. Pengertian Dukungan teman sebaya

Dukungan sebaya merupakan suatu sistem saling memberi dan menerima bantuan yang berlandaskan prinsip saling menghargai, tanggung jawab kolektif, serta kesepakatan bersama mengenai hal-hal yang dianggap bermanfaat. Pendekatan *Dukungan teman sebaya* tidak mengacu pada model psikiatris atau kriteria diagnostik, melainkan lebih menekankan pemahaman empatik terhadap kondisi orang lain melalui pengalaman bersama akan luka emosional dan psikologis. Ketika seseorang merasa memiliki kesamaan dengan orang lain, timbulah rasa keterhubungan. Afiliasi atau keterkaitan ini merupakan suatu pemahaman yang mendalam dan menyeluruh, yang lahir dari pengalaman bersama dan memungkinkan seseorang untuk "menjadi" bagian dari orang lain tanpa dibatasi oleh

struktur hubungan konvensional (Mead et al., 2001). Mead & MacNeil dalam (Bahrodin, 2024) mendeskripsikan dukungan teman sebaya sebagai bentuk dukungan yang diberikan antarindividu yang memiliki pengalaman hidup atau kondisi serupa, sehingga memungkinkan terjadinya hubungan empati di antara mereka.

Dukungan akademik sebaya (*peer academic support*) merujuk pada bantuan yang lahir dari hubungan pertemanan di antara pelajar atau mahasiswa dengan tujuan utama untuk memfasilitasi proses belajar dan aktivitas akademik mereka. Dampak dari dukungan ini tidak terbatas pada peningkatan prestasi belajar, namun juga mencakup peran yang lebih luas dalam mendorong partisipasi aktif di lingkungan pendidikan, menumbuhkan motivasi belajar, serta menciptakan iklim akademik yang kondusif (Chen, 2005).

Pada lingkup akademik, dukungan sebaya mencakup berbagai bentuk bantuan, baik secara teknis seperti mengerjakan tugas kuliah atau pekerjaan rumah, maupun secara emosional dalam menghadapi berbagai tantangan akademik (Thompson & Mazer, 2008). Mekanisme ini berjalan sebagai suatu sistem timbal balik yang berlandaskan prinsip tanggung jawab kolektif dan kesepakatan bersama akan manfaat yang diperoleh dari interaksi antar rekan sejawat. Keberadaan dukungan akademik sebaya memungkinkan mahasiswa untuk lebih tangguh menghadapi tekanan studi, mengembangkan rasa percaya diri, serta memperkuat rasa keterikatan dan penerimaan dalam komunitas akademik mereka.

2. Aspek Dukungan teman sebaya

Solomon (2008) menyatakan bahwa dukungan teman sebaya terdiri dari tiga aspek, yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dan dukungan informasi.

a. Dukungan emosional

Dukungan emosional merujuk pada bentuk bantuan yang berkaitan dengan mencukupi kebutuhan perasaan seseorang. Aspek ini meliputi perhatian, empati, rasa kedekatan, dan

kehadiran teman yang mampu memberikan kenyamanan ketika individu menghadapi tekanan psikologis. Bentuk dukungan emosional tampak dalam kegiatan seperti bertukar kabar, memberikan penghiburan ketika teman sedang sedih, mengekspresikan perasaan secara terbuka, serta menyumbangkan waktu bersama untuk menumbuhkan rasa kebersamaan.

b. Dukungan instrumental

Dukungan instrumental mengacu pada bantuan nyata yang diberikan dalam bentuk barang atau jasa. Aspek ini berfungsi memenuhi kebutuhan praktis yang muncul ketika teman sedang mengalami kesulitan. Contoh dukungan instrumental meliputi meminjamkan uang, memberikan barang yang diperlukan, menyediakan bantuan transportasi, membantu memahami materi yang sulit dipahami, serta memberikan pertolongan dalam penyelesaian tugas.

c. Dukungan informasi

Dukungan informasi adalah bantuan berupa saran, pengetahuan, atau umpan balik yang dapat membantu individu dalam memecahkan masalah. Bentuk dukungan ini dapat berupa pemberian Arah mengenai cara melakukan suatu tugas, berbagi informasi terkait kegiatan akademik, serta melakukan diskusi untuk memperjelas materi yang telah dipelajari.

Cutrona & Russell (1987) mengembangkan alat ukur dukungan sosial berdasarkan konsep Weiss, yaitu *The Provisions Scale*, yang digunakan untuk mengukur ketersediaan dukungan sosial yang diperoleh individu melalui hubungan interpersonal. Setiap dimensi dalam skala ini memiliki karakteristik yang berdiri sendiri, namun saling berkaitan satu sama lain. Adapun dimensi dukungan sosial tersebut meliputi *emotional attachment*,

social integration, reassurance of worth, reliable alliance, guidance, dan opportunity to provide nurturance.

- a. *Emotional Attachment* (kelekatan emosional), yaitu bentuk dukungan berupa ekspresi kasih sayang dan cinta yang diterima individu, sehingga mampu menumbuhkan rasa aman dan nyaman bagi penerimanya.
- b. *Social Integration* (integrasi sosial), yaitu dukungan yang memberikan rasa menjadi bagian dari suatu kelompok, di mana individu dapat berbagi minat, perhatian, serta terlibat dalam aktivitas bersama yang bersifat rekreatif. Dukungan ini berkontribusi dalam menciptakan perasaan aman, nyaman, dan menyenangkan.
- c. *Reassurance of Worth* (pengakuan atau penghargaan), yaitu dukungan sosial yang diwujudkan melalui pengakuan terhadap kemampuan, kualitas, dan nilai diri individu. Dukungan ini membuat individu merasa diterima dan dihargai, misalnya melalui pemberian pujian atas pencapaian atau hasil kerja yang telah dilakukan dengan baik.
- d. *Reliable Alliance* (hubungan yang dapat diandalkan), yaitu dukungan yang memberikan keyakinan bahwa terdapat orang lain yang dapat diandalkan untuk memberikan bantuan nyata dan langsung ketika individu menghadapi kesulitan atau membutuhkan pertolongan. Keberadaan dukungan ini menumbuhkan rasa tenang karena individu menyadari adanya sumber bantuan yang dapat dipercaya.
- e. *Guidance* (bimbingan atau informasi), yaitu dukungan sosial yang berupa pemberian saran, informasi, atau nasihat yang dibutuhkan individu untuk memenuhi kebutuhannya serta menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Dukungan ini juga dapat berupa umpan balik terhadap tindakan atau keputusan yang telah dilakukan individu.

- f. *Opportunity to Provide Nurturance* (kesempatan untuk memberi perhatian atau merasa dibutuhkan), yaitu dukungan yang tercermin dari perasaan individu bahwa dirinya dibutuhkan oleh orang lain. Jenis dukungan ini memungkinkan individu merasakan bahwa orang lain bergantung padanya, sehingga menumbuhkan perasaan bermakna dan berkontribusi terhadap kesejahteraan orang lain. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dimensi dukungan sosial yang dikemukakan oleh Weiss (dalam Cutrona & Russell, 1987) karena dimensi-dimensi tersebut dinilai relevan dan sesuai untuk mengukur dukungan sosial dalam konteks penelitian yang dilakukan.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dimensi dukungan sosial yang dikemukakan oleh Weiss (dalam Cutrona & Russell, 1987) karena dimensi-dimensi tersebut dinilai relevan dan sesuai untuk mengukur dukungan sosial dalam konteks penelitian yang dilakukan.

3. *Dukungan teman sebaya dalam Pandangan Islam*

Menurut pandangan kajian Islam, dukungan dari teman sebaya bukan sekadar konsep sosial biasa. Ia memiliki akar yang dalam dan prinsip yang jelas, berasal langsung dari ajaran Al-Qur'an dan teladan Nabi Muhammad SAW. Islam melihat hubungan persahabatan sebagai salah satu wujud nyata dari persaudaraan seiman. Ketika sesama Muslim saling mendukung, mereka sebenarnya sedang menjalankan perintah agama dan menguatkan ikatan ukhuwah.

Al-Qur'an dengan tegas memerintahkan kita untuk saling tolong menolong dalam kebaikan. Seperti dalam Surah Al-Ma'idah ayat 2,

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ ﴿٢﴾

Artinya: "Dan tolong-menolonglah kamu dalam mengerjakan kebajikan dan ketakwaan."

Maknanya, dukungan yang kita berikan kepada teman haruslah mengarah pada hal-hal positif, membantu mereka menjadi lebih baik secara spiritual dan moral. Dukungan sebaya dalam Islam punya tujuan mulia, yaitu mengajak pada ketaatan dan menjauhi kemaksiatan.

Nabi Muhammad SAW juga memberikan gambaran yang sangat indah tentang bagaimana seharusnya hubungan antara orang beriman. Pada sebuah hadits, Beliau bersabda,

مَثَلُ الْمُؤْمِنِينَ فِي تَوَادِهِمْ وَتَرَاحُمِهِمْ وَتَعَاطُفِهِمْ مَثَلُ الْجَسَدِ إِذَا اشْتَكَى مِنْهُ عُضْوٌ تَدَاعَى لَهُ سَائِرُ الْجَسَدِ بِالسَّهَرِ وَالْحُمَّى

Artinya: "Perumpamaan orang-orang beriman dalam hal saling mencintai dan menyayangi adalah seperti satu tubuh. Jika satu anggota tubuh sakit, seluruh tubuh ikut merasakan panas dan demam."

Hadist di atas menunjukkan bahwa dukungan dalam Islam bersifat alamiah dan penuh empati. Ketika seorang teman sedang mengalami kesulitan, baik dalam belajar, masalah pribadi, atau tekanan hidup, secara otomatis terdorong untuk membantunya, seolah-olah kitalah yang merasakan kesulitan tersebut.

Pada kehidupan sehari-hari, bentuk dukungan ini bisa sangat beragam. Di lingkungan sekolah, dukungan teman sebaya bisa berarti belajar bersama, saling mengingatkan untuk disiplin, atau membantu memahami materi yang sulit. Ini sejalan dengan sabda Nabi bahwa orang yang menempuh jalan untuk mencari ilmu akan dimudahkan jalannya menuju surga. Ketika kita membantu teman memahami pelajaran, kita ikut serta dalam kemudahan itu. Seperti termaktub dalam Surah *Al-'Asr*. Seorang teman yang baik adalah yang bisa mengingatkan dengan cara yang halus ketika mulai melenceng, dan memberikan semangat ketika hampir putus asa.

D. Hubungan Antar Variabel

1. Hubungan *Modal psikologis* dengan Penyesuaian diri santri

Melihat pada konteks penelitian di Indonesia selama sepuluh tahun terakhir, hubungan antara *modal psikologis* dan penyesuaian santri baru di pondok pesantren telah mulai mendapatkan perhatian dari beberapa peneliti. Salah satu penelitian penting dilakukan oleh Kristianto (2024), yang meneliti kaitan antara *modal psikologis* dengan *academic adjustment* pada santri tahfidz di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an An-Nissa Surabaya. Penelitian tersebut menemukan bahwa modal psikologis, yang meliputi harapan, efikasi diri, resiliensi, dan optimisme, berperan signifikan dalam membantu santri mengatasi berbagai hambatan belajar, seperti rasa malas, kebosanan, dan kerinduan terhadap keluarga. Kondisi-kondisi ini merupakan tantangan besar yang dihadapi santri baru dalam proses penyesuaian akademik mereka, sehingga modal psikologis menjadi modal psikologis utama yang mendukung keberhasilan adaptasi mereka dalam lingkungan pesantren yang sangat berbeda dengan lingkungan hidup sebelumnya.

Selain aspek akademik, kesiapan psikologis santri baru juga sangat penting terutama di masa pandemi Covid-19 yang menambah kompleksitas adaptasi mereka. Penelitian oleh Retnowuni (2021) menyatakan bahwa santri baru mengalami tingkat kecemasan dan stres yang cukup tinggi akibat adaptasi pada lingkungan pesantren baru yang memiliki aturan ketat dan pola hidup kolektif. Berdasar pada konteks ini, dukungan psikologis dan kesiapan mental menjadi faktor krusial untuk mengurangi tekanan psikologis yang dialami dan memungkinkan santri lebih mudah menyesuaikan diri dengan rutinitas pesantren sekaligus memaksimalkan potensi belajar mereka.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Prasetyaningrum (2021) Prasetyaningrum (2021) menegaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan komponen vital dalam menunjang keberhasilan adaptasi santri di pondok pesantren. Kesejahteraan ini tidak hanya berdampak pada

kesehatan mental santri, tetapi juga berperan dalam pembentukan karakter yang kuat, motivasi belajar, dan kemampuan menghadapi tekanan akademik dan sosial di lingkungan pesantren. Maka dari itu, *modal psikologis* yang tinggi akan membantu menciptakan kesejahteraan psikologis yang pada gilirannya mendukung kemampuan adaptasi santri secara menyeluruh.

Selain itu, penelitian oleh Febriyanti (2021) menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara social adjustment dengan *psychological distress* pada santri baru. Artinya, semakin baik kemampuan santri dalam menyesuaikan diri secara sosial, semakin rendah tingkat stres psikologis yang mereka alami. Penyesuaian sosial yang baik memerlukan adanya dukungan sosial dari lingkungan, seperti teman sebaya dan pembimbing pesantren, yang dapat memoderasi dampak stres dan memperkuat *modal psikologis* santri. Hal ini sangat relevan untuk penelitian di Pondok Pesantren di mana dukungan teman sebaya diposisikan sebagai moderator dalam hubungan *modal psikologis* dan *penyesuaian diri pada santri*. Temuan ini memperkuat argumen bahwa interaksi sosial yang positif adalah kunci dalam mendukung penyesuaian dan kesejahteraan santri baru, terutama pada jenjang MTs yang menghadapi tantangan adaptasi ganda, yakni akademik dan sosial secara bersamaan.

Secara keseluruhan, rangkaian penelitian ini menunjukkan bahwa modal psikologis merupakan faktor penguat utama bagi penyesuaian santri baru di pondok pesantren. Kekuatan psikologis seperti harapan dan resiliensi tidak hanya membantu mengatasi hambatan belajar, tetapi juga mendukung penyesuaian sosial dan pengelolaan stres akibat perubahan lingkungan yang drastis.

2. Peran Dukungan teman sebaya sebagai Moderator

Modal psikologis berperan sebagai sumber daya psikologis yang membantu meningkatkan ketahanan mental dan kemampuan adaptasi terhadap tekanan belajar dan norma sosial yang baru di pesantren. Namun, *modal psikologis* sebagai kekuatan internal ini tidak berdiri sendiri dalam

mempengaruhi penyesuaian diri santri. Lingkungan sosial di pesantren yang sangat kolektif menjadikan *dukungan teman sebaya* atau dukungan teman sebaya sebagai kekuatan eksternal yang sangat menentukan.

Dukungan teman sebaya dipilih sebagai moderator dalam penelitian ini karena kemampuannya untuk memperkuat atau memperlemah pengaruh modal psikologis terhadap penyesuaian santri. Teman sebaya yang suportif memberikan dukungan emosional, motivasi, dan pemahaman yang dapat meningkatkan efek positif *modal psikologis* seperti rasa percaya diri dan resiliensi santri. Sebaliknya, jika *dukungan teman sebaya* rendah, efek positif *modal psikologis* terhadap penyesuaian bisa berkurang karena santri mungkin merasa kurang didukung dalam menghadapi tekanan sosial dan akademik (Hassan, 2025; Khusumadewi, 2024).

Melihat pada konteks pondok pesantren, dukungan teman sebaya menjadi sangat penting sebab para santri baru harus beradaptasi tidak hanya dengan pembelajaran akademik tetapi juga dengan lingkungan sosial pesantren yang menuntut interaksi intensif dan ketaatan pada aturan bersama. Dukungan teman sebaya membantu membangun rasa belonging dan mempererat hubungan sosial, yang secara langsung bisa mengurangi stres dan meningkatkan motivasi belajar. Oleh sebab itu, dukungan teman sebaya sebagai moderator menjembatani kekuatan internal modal psikologis dengan kekuatan eksternal lingkungan sosial guna menghasilkan penyesuaian optimal pada santri baru (Hassan, 2025; Kristianto, 2024).

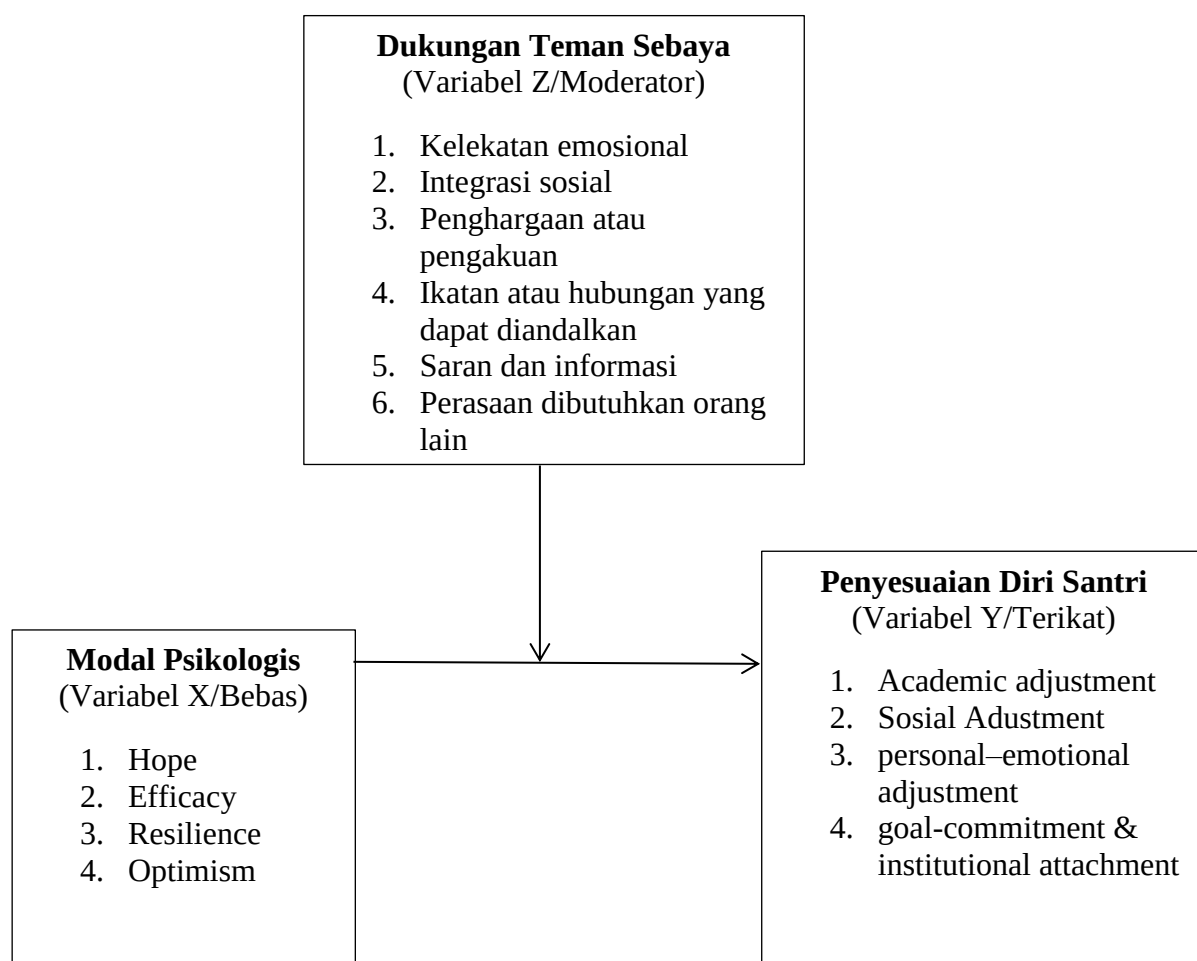
E. Kerangka Berfikir

Penelitian ini berangkat dari permasalahan bahwa proses adaptasi santri baru sering kali menghadapi tantangan, baik terkait tuntutan akademik, lingkungan sosial baru, maupun penyesuaian emosional. Pada konteks ini, *modal psikologis* dipandang sebagai sumber daya psikologis yang memungkinkan individu mampu bertahan, berusaha, serta mempertahankan optimisme ketika menghadapi tuntutan penyesuaian diri .

Secara teoritis, *modal psikologis* yang mencakup efikasi diri, harapan, optimisme, dan resiliensi berperan sebagai prediktor yang memengaruhi efektif

tidaknya seseorang menyesuaikan diri dalam lingkungan barunya. Semakin tinggi modal psikologis yang dimiliki santri baru, semakin besar kemampuannya untuk beradaptasi secara akademik, sosial, maupun emosional. Oleh karena itu, penelitian ini mengasumsikan adanya pengaruh langsung *modal psikologis* terhadap *penyesuaian diri pada santri*.

Namun, pengaruh tersebut tidak selalu bekerja secara konstan. Faktor sosial, khususnya dukungan teman sebaya (*dukungan teman sebaya*), diduga memengaruhi seberapa kuat atau lemahnya hubungan antara *modal psikologis* dan kemampuan penyesuaian diri. *Dukungan teman sebaya* berfungsi sebagai moderator yang dapat memperkuat pengaruh *modal psikologis* ketika santri menerima dukungan emosional, informasi, maupun bantuan instrumental dari lingkungan sebayanya. Sebaliknya, rendahnya dukungan teman sebaya berpotensi membuat pengaruh *modal psikologis* menjadi kurang optimal.



F. Hipotesis

Ha1: Terdapat pengaruh *modal psikologis* terhadap *penyesuaian diri pada santri* pada santri baru di pondok pesantren.

Ha2: Terdapat pengaruh dukungan teman sebaya terhadap tingkat penyesuaian diri santri pada santri baru Pondok Pesantren

Ha3: Terdapat pengaruh modal psikologis terhadap penyesuaian diri santri yang dimoderasi oleh dukungan teman sebaya pada santri baru di pondok pesantren.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan *mixed-methods* yang secara strategis mengintegrasikan paradigma kuantitatif dan kualitatif. Desain spesifik yang diterapkan adalah *Sequential Explanatory Design* (Cresswell, 2014). Menurut desain ini, penelitian dilaksanakan dalam dua fase berurutan yang terhubung secara logis yakni fase kuantitatif diikuti oleh fase kualitatif. Prioritas atau penekanan utama diberikan pada data kuantitatif, yang kemudian didalami dan dikontekstualisasikan melalui data kualitatif.

Fase kuantitatif dilaksanakan terlebih dahulu dengan metode survei menggunakan kuesioner terstruktur. Tujuan fase ini adalah untuk menguji hubungan ataupun pengaruh antar variabel penelitian secara empiris dan terukur pada sampel yang lebih luas. Data yang terkumpul dianalisis dengan teknik statistik inferensial, seperti analisis regresi moderasi, untuk menguji hipotesis dan mengidentifikasi pola hubungan yang signifikan (Sugiyono & Sudaryono, 2021). Hasil dari fase ini menghasilkan temuan umum yang menunjukkan kekuatan dan arah hubungan statistik antar variabel.

Fase kualitatif kemudian dilaksanakan untuk menjelaskan, memperdalam, dan memperkaya temuan numerik dari fase kuantitatif. Fase ini melibatkan pengumpulan data melalui wawancara mendalam dengan partisipan yang dipilih secara purposif berdasarkan hasil analisis kuantitatif, misalnya mereka yang menunjukkan skor ekstrem atau pola respons yang unik. Tujuannya adalah untuk menggali pemahaman mendalam tentang mekanisme, proses, dan konteks di balik hubungan statistik yang teramati, khususnya terkait bagaimana peran dukungan teman sebaya beroperasi dan tantangan spesifik yang dihadapi dalam lingkungan pesantren (Creswell, 2013).

Tahapan pertama dalam metode ini yakni dengan mengumpulkan data kuantitatif dengan cara menyebar angket untuk mengetahui hubungan *psychological capital* dengan penyesuaian diri santri dan hubungan variabel

moderasi dalam menentukan kuat atau lemahnya hubungan *modal psikologis* dengan *penyesuaian diri pada santri* di Pondok Pesantren Al-Muqaddasah, Sulamul huda dan Al-Islam Joresan. Selanjutnya, dilakukan wawancara terhadap 4 partisipan untuk mengetahui secara mendalam penghayatan *modal psikologis* dalam penyesuaian diri di lingkungan baru pondok pesantren.

B. Variabel Penelitian

Variabel dikenal sebagai semua elemen atau segala sesuatu yang akan diamati dan diteliti dalam suatu penelitian (Sugiyono, 2017). Pada penelitian dengan desain *sequential explanatory* ini, terdapat tiga variabel utama yang diklasifikasikan sebagai berikut:

1. Variabel Independen (X): *Modal psikologis (Modal psikologis)*

Variabel independen atau variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan pada variabel dependen (Sugiyono, 2017). *Modal psikologis (Modal psikologis)*, menjadi variabel independen dalam penelitian ini, yang merupakan konstruk psikologis positif yang dimiliki individu.

2. Variabel Dependen (Y): *Penyesuaian diri pada santri* (Penyesuaian diri Mahasiswa)

Variabel dependen atau variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel independen (Sugiyono, 2017). Variabel ini merupakan outcome atau hasil yang diamati. Pada konteks penelitian ini, variabel dependennya adalah *Penyesuaian diri pada santri*, yaitu tingkat keberhasilan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan kehidupan kampus.

3. Variabel Moderator (Z): *Dukungan teman sebaya* (Dukungan Teman Sebaya)

Selain variabel independen dan dependen, penelitian ini melibatkan variabel moderator. Variabel moderator adalah variabel yang memperkuat atau memperlemah hubungan antara variabel independen dan dependen (Baron & Kenny, 1986). Variabel yang berperan sebagai moderator adalah

Dukungan teman sebaya, yaitu persepsi individu terhadap dukungan yang diterima dari teman sebaya.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan konsep dari suatu variabel yang didesain oleh peneliti untuk dapat memberikan batasan-batasan pemahaman serta indikator yang akan peneliti ukur dalam penelitiannya (Abdullah, 2015). Maka dalam penelitian ini, peneliti akan mencoba menjelaskan definisi operasional dari ketiga variabel, yaitu:

1. *Modal psikologis*

Modal psikologis dalam penelitian ini dioperasionalkan sebagai kondisi psikologis positif yang dimiliki santri baru dalam menghadapi tuntutan akademik dan kehidupan di pondok pesantren. Kondisi ini tercermin dari keyakinan terhadap kemampuan diri, kemampuan menetapkan tujuan, sikap optimis terhadap masa depan, serta kemampuan bertahan ketika menghadapi kesulitan. Mengacu pada Luthans et al. (2017), *modal psikologis* terdiri dari empat aspek yaitu *self-efficacy*, *hope*, *optimism*, dan *resilience*.

Self-efficacy merujuk pada keyakinan santri dalam menyelesaikan tugas dan menghadapi tantangan akademik maupun aturan pesantren. *Hope* berkaitan dengan kemampuan menetapkan tujuan serta menemukan strategi alternatif ketika menghadapi hambatan (Muallifah et al., 2020). *Optimism* menunjukkan kecenderungan individu dalam memandang pengalaman dan masa depan secara positif. Sementara itu, *resilience* merupakan kemampuan untuk bertahan dan bangkit kembali setelah mengalami tekanan atau kegagalan.

Variabel ini diukur menggunakan skala *Academic Psychological Capital Questionnaire (APCQ)* berbentuk skala Likert. Skor diperoleh dari penjumlahan seluruh item pada keempat aspek tersebut. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi tingkat *modal psikologis* yang dimiliki santri baru.

2. *Penyesuaian diri pada santri*

Penyesuaian diri pada santri dalam penelitian ini dioperasionalkan sebagai kemampuan santri baru dalam menyesuaikan diri terhadap tuntutan akademik, sosial, emosional, serta sistem kehidupan di pondok pesantren. Mengacu pada Baker dan Siryk (1984), penyesuaian diri mencakup empat aspek yaitu *academic adjustment*, *social adjustment*, *personal-emotional adjustment*, dan *institutional attachment*. *Academic adjustment* tercermin dari kemampuan mengikuti pembelajaran dan memenuhi tuntutan tugas pesantren. *Social adjustment* terlihat dari kemampuan menjalin hubungan yang baik dengan teman sebaya dan lingkungan sekitar. *Personal-emotional adjustment* berkaitan dengan kemampuan mengelola emosi dan tekanan selama menjalani kehidupan pesantren. Adapun *institutional attachment* menunjukkan komitmen dan penerimaan santri terhadap aturan serta nilai-nilai yang berlaku di pesantren. Variabel ini diukur menggunakan skala *Psychological Adjustment Scale* (PAS) dalam bentuk skala Likert. Skor diperoleh melalui penjumlahan seluruh item. Skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat penyesuaian diri yang lebih baik pada santri baru.

3. Dukungan teman sebaya

Dukungan teman sebaya dalam penelitian ini dioperasionalkan sebagai persepsi santri baru terhadap dukungan yang diterima dari teman sebaya selama menjalani kehidupan di pondok pesantren. Konsep ini mengacu pada teori dukungan sosial dari Weiss (1974) yang menjelaskan bahwa dukungan teman sebaya terdiri dari beberapa aspek yaitu *emotional attachment*, *social integration*, *reassurance of worth*, *reliable alliance*, *guidance*, dan *opportunity to provide nurturance*.

Emotional attachment berkaitan dengan adanya kedekatan emosional dan rasa aman dalam hubungan pertemanan. *Social integration* menunjukkan perasaan menjadi bagian dari kelompok. *Reassurance of worth* mencerminkan adanya pengakuan atas kemampuan dan nilai diri. *Reliable alliance* menggambarkan ketersediaan bantuan ketika

dibutuhkan. *Guidance* merujuk pada pemberian arahan atau nasihat dalam menghadapi permasalahan. Sementara itu, *opportunity to provide nurturance* menunjukkan kesempatan untuk saling memberi dukungan dalam hubungan pertemanan. Variabel ini diukur menggunakan *Social Provisions Scale* (SPS) dalam bentuk skala Likert. Skor diperoleh dari penjumlahan seluruh item pada masing-masing aspek. Skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat dukungan teman sebaya yang lebih tinggi. Pada penelitian ini, dukungan teman sebaya berperan sebagai variabel moderator yang menguji apakah dukungan teman sebaya dapat memperkuat atau memperlemah pengaruh modal psikologis terhadap penyesuaian diri santri.

D. Populasi dan Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi penelitian merupakan keseluruhan individu atau objek yang memiliki ciri-ciri tertentu dan ditetapkan oleh peneliti untuk dijadikan tujuan penelitian guna memperoleh data yang relevan dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2019). Sejalan dengan pendapat tersebut, Creswell & Creswell (2018) menjelaskan bahwa populasi adalah kelompok target yang menjadi fokus penelitian, di mana hasil penelitian diharapkan dapat digeneralisasikan.

Penelitian ini dilaksanakan di beberapa pondok pesantren yang berada di Kecamatan Mlarak, Kabupaten Ponorogo. Pondok pesantren yang menjadi lokasi penelitian merupakan lembaga pendidikan berbasis pesantren dengan penerapan kurikulum campuran, yaitu mengintegrasikan kurikulum Kulliyatul Mu'allimin Al-Islamiah (KMI), kurikulum Kementerian Agama (Kemenag), serta kurikulum Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbud). Kombinasi kurikulum tersebut bertujuan untuk mengembangkan pendidikan keagamaan sekaligus pendidikan formal secara seimbang, sehingga santri memperoleh pembinaan akademik, spiritual, dan sosial secara menyeluruh.

Adapun pondok pesantren yang menjadi objek penelitian terdiri dari tiga lembaga, yaitu Pondok Pesantren Al-Muqaddasah, Pondok Pesantren Al-Islam, dan Pondok Pesantren Sulamul Huda. Ketiga pondok pesantren tersebut dipilih karena memiliki karakteristik pendidikan yang relevan dengan tujuan penelitian, khususnya dalam konteks penyesuaian diri santri baru pada lingkungan pesantren dengan sistem pendidikan terpadu. Adapun total populasi dari ketiga pondok tersebut adalah 444 dengan jumlah dari PP Al-Muqaddasah berjumlah 195, PP Al-Islam 235 dan PP Sulamul Huda berjumlah 14 santri.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang dipilih melalui prosedur tertentu dengan tujuan agar karakteristik sampel dapat merepresentasikan populasi secara keseluruhan (Creswell & Creswell, 2018). Pada fase Kuantitatif dan kualitatif, penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Menurut Patton (2015), sampling kasus kritis digunakan untuk memilih informan yang dianggap memiliki karakteristik penting dan relevan untuk menjelaskan secara mendalam fenomena yang diteliti. Pada penelitian ini, informan kualitatif dipilih secara sengaja dari partisipan fase kuantitatif yang menunjukkan profil skor ekstrem atau unik, seperti siswa dengan tingkat modal psikologis tinggi tetapi penyesuaian siswa rendah, demikian pula sebaliknya, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif terhadap hasil kuantitatif yang diperoleh

Jumlah total partisipan dalam penelitian ini sebanyak 323 santri. Pondok Pesantren Al-Islam menyumbang partisipan terbesar dengan jumlah 173 santri, yang terdiri dari 100 santri putra dan 73 santri putri. Pondok Pesantren Sulamul Huda melibatkan 14 santri, yang terdiri dari 7 santri putra dan 7 santri putri. Sementara itu, Pondok Pesantren Al-Muqaddasah melibatkan 136 santri, terdiri dari 52 santri putra dan 84 santri putri.

Partisipan penelitian ditentukan berdasarkan beberapa kriteria tertentu agar sesuai dengan fokus penelitian. Kriteria tersebut meliputi: (1) santri yang baru pertama kali tinggal di pondok pesantren atau berada pada tahun pertama pendidikan setara SMP/MTs di pondok, dan (2) santri yang berada pada rentang usia remaja. Penetapan kriteria ini dilakukan untuk memastikan bahwa subjek penelitian benar-benar merepresentasikan kelompok santri baru yang sedang menjalani proses adaptasi awal di lingkungan pesantren.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data mengacu pada metode sistematis yang digunakan peneliti untuk memperoleh informasi yang valid dan reliabel guna menjawab pertanyaan penelitian Creswell & Creswell (2018). Penelitian *mixed-methods* dengan desain *Sequential Explanatory* ini menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda untuk fase kuantitatif dan kualitatif, yang dijalankan secara berurutan.

1. Teknik Pengumpulan Data Kuantitatif

Data kuantitatif dikumpulkan melalui metode survei dengan menggunakan kuesioner tertutup. Menurut (Sugiyono, 2019), kuesioner tertutup merupakan teknik pengumpulan data yang efisien untuk memperoleh data dalam jumlah besar dan memungkinkan responden memberikan jawaban secara terstruktur sesuai dengan pilihan yang telah disediakan. Pada penelitian ini, kuesioner disusun berdasarkan alat ukur standar yang telah disesuaikan ke dalam konteks pendidikan pesantren dan disesuaikan dengan karakteristik santri baru.

Kuesioner mencakup pengukuran variabel modal psikologis, penyesuaian siswa, dan dukungan teman sebaya. Penyebaran kuesioner dilakukan secara langsung (berbasis kertas) kepada santri di lingkungan Pondok Pesantren Al-Mawaddah Blitar dengan tujuan memastikan tingkat respon yang optimal serta meminimalkan kesalahan pengisian. Prosedur pengumpulan data kuantitatif diawali dengan koordinasi dan perizinan

kepada pihak pengelola pondok pesantren. Selanjutnya, peneliti memberikan penjelasan singkat kepada responden mengenai tujuan penelitian, prinsip privasi data, serta hak partisipan untuk berpartisipasi secara sukarela atau membatalkan diri sewaktu-waktu sebagai bagian dari penerapan *informed consent*.

Kuesioner kemudian diumumkan dan diisi secara mandiri oleh santri dengan pendampingan peneliti untuk menjelaskan hal-hal teknis jika diperlukan. Setelah selesai diisi, kuesioner dikumpulkan kembali secara langsung guna meminimalkan kemungkinan terjadinya data hilang (*missing data*).

2. Teknik Pengumpulan Data Kualitatif

Data kualitatif dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan pendekatan semi-terstruktur. Teknik wawancara semi-terstruktur dipilih karena memungkinkan peneliti memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai pengalaman subjektif partisipan, sekaligus tetap berpedoman pada kerangka pertanyaan yang relevan dengan tujuan penelitian (Creswell & Poth, 2018).

Wawancara kualitatif dilakukan pada tahap kedua penelitian, setelah analisis data kuantitatif selesai dilakukan. Pemilihan partisipan wawancara didasarkan pada hasil fase kuantitatif, dengan mempertimbangkan karakteristik tertentu yang dianggap mampu memberikan penjelasan lebih mendalam terhadap temuan penelitian. Pedoman wawancara disusun berdasarkan hasil signifikan atau pola hubungan yang muncul pada analisis kuantitatif, khususnya terkait peran modal psikologis dan dukungan teman sebaya dalam proses penyesuaian diri santri.

Prosedur pengumpulan data kualitatif meliputi penentuan partisipan sesuai kriteria yang telah ditetapkan, penjadwalan wawancara di tempat yang nyaman dan kondusif di lingkungan pesantren, serta pelaksanaan wawancara secara fleksibel mengikuti alur cerita partisipan. Wawancara dilakukan dengan persetujuan partisipan dan direkam untuk keperluan analisis data, disertai dengan pencatatan lapangan. Untuk menjaga

keabsahan data, peneliti melakukan pengecekan anggota dengan konfirmasi kembali inti hasil wawancara kepada partisipan (Creswell & Poth, 2018).

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data secara sistematis guna memperoleh informasi yang akurat, valid, dan reliabel sesuai dengan variabel yang diteliti Sugiyono (2019). Dalam penelitian ini yang menggunakan pendekatan metode campuran, instrumen penelitian terdiri atas dua jenis, yaitu instrumen kuantitatif dan instrumen kualitatif, yang masing-masing disesuaikan dengan tujuan dan tahapan penelitian.

1. Instrumen Kuantitatif

Instrumen kuantitatif dalam penelitian ini berupa kuesioner terstruktur yang disusun berdasarkan skala psikologis yang telah dikembangkan dan digunakan dalam konteks pendidikan. Kuesioner digunakan untuk mengukur variabel modal psikologis, penyesuaian siswa, dan dukungan teman sebaya, serta disajikan dalam satu paket kuesioner tertutup dengan menggunakan skala Likert. Pemilihan kuesioner tertutup bertujuan untuk memperoleh data yang terstandar dan memudahkan proses analisis statistik (Sugiyono, 2019).

a. Alat Ukur Modal Psikologis Akademik

Skala Modal psikologis digunakan untuk mengukur modal psikologis positif individu dalam konteks akademik. Skala ini dimodifikasi oleh Lucha Adi Kristianto dalam konteks pendidikan pesantren dan merupakan pengembangan konsep modal psikologis yang diperkenalkan oleh (Luthans et al., 2017). Meskipun instrumen sebelumnya dan penelitian ini sama-sama berada dalam konteks pesantren, terdapat perbedaan tingkat pendidikan dan karakteristik perkembangan partisipan. Oleh karena itu, peneliti melakukan penyesuaian redaksional pada beberapa pernyataan agar lebih sesuai dengan tingkat pemahaman, pengalaman akademik, serta situasi keseharian santri pada jenjang pendidikan yang diteliti.

Penyesuaian tersebut hanya dilakukan pada penggunaan kata, istilah, dan susunan kalimat tanpa mengubah makna, indikator, maupun konstruk yang diukur.

Secara kontekstual, skala ini mengukur keyakinan individu terhadap kemampuan akademiknya, ketekunan dalam mencapai tujuan pembelajaran, kecenderungan memandang masa depan akademik secara positif, serta kemampuan untuk bertahan dan bangkit ketika menghadapi kesulitan akademik. Skala ini mencakup beberapa aspek utama, yaitu efikasi diri akademik, harapan akademik, optimisme akademik, dan resiliensi akademik. Skala Academic Modal psikologis umumnya terdiri dari 24 item dengan rentang skala Likert enam poin, di mana skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat modal psikologis akademik yang lebih tinggi (Kristianto, 2024).

Tabel 3. 1 Blue Print Skala Modal psikologis

<i>Dimension</i>	<i>Item Number</i>		<i>Total</i>
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	<i>Items</i>
<i>Hope</i>	1, 2, 3, 4, 5, 6	-	6
<i>Efficacy</i>	7, 8, 9, 10, 11, 12	-	6
<i>Resiliency</i>	13, 14, 15, 16, 17, 18	-	6
<i>Optimism</i>	19, 20, 21, 22, 23 24	-	6
Total			24 Item

b. Alat Ukur Penyesuaian diri (Penyesuaian diri santri)

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Psychological Adjustment Scale* (PAS) yang dikembangkan oleh Haber dan Runyon Mahmood et al. (2015) serta telah dimodifikasi oleh Afifah (2018). Skala ini mencakup beberapa aspek penyesuaian psikologis, yaitu kemampuan individu dalam

mempersepsikan realitas secara akurat, mengelola stres dan kecemasan, memiliki gambaran diri yang positif, mengekspresikan perasaan secara tepat, serta menjalin hubungan interpersonal yang baik. Pada konteks penelitian ini, PAS digunakan untuk mengukur penyesuaian siswa santri baru terhadap kehidupan dan sistem pendidikan di pondok pesantren.

Secara kontekstual, skala ini mencerminkan kemampuan individu dalam menyesuaikan diri secara akademik, sosial, serta personal-emosional. Skala PAS terdiri dari sejumlah item dengan skala Likert, di mana skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat penyesuaian diri yang lebih baik dalam menghadapi tuntutan lingkungan pesantren.

Tabel 3. 2 Blue Print Skala Penyesuaian diri santri

No	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			Fav	Unfav	
1	Persepsi yang akurat terhadap realitas	Menentukan Tujuan sesuai kemampuan secara realistis	1	9	2
		Mengenali konsekuensi dan mengarahkan tingkah laku sesuai konsekuensi	2	-	1
2	Kemampuan mengatasi stres dan kecemasan	Mampu mengatasi masalah yang dihadapi	10	8	2
		Mampu bertahan dan menerima kegagalan yang dialami	13	7	2
3	Gambaran diri yang positif	Persepsi tentang diri positif	3	6	2
		Menyadari dan mengakui kekurangan diri	4	14	2
		Menyadari dan mengakui kelebihan diri	12	-	1
4	Kemampuan mengekspresikan perasaan	Mengidentifikasi emosi	5, 18	-	2
		Mengekspresikan emosi dengan baik dan memperhatikan keadaan lingkungan	11	20	2
5	Hubungan interpersonal yang baik	Mampu berinteraksi dengan orang lain	15	21	2
		Merasa nyaman dalam berinteraksi dengan orang lain	16	22	2
		Mampu mencapai kecocokan dan keakraban dalam hubungan sosial	19, 23	17	3
Total			23 item		

c. Alat Ukur Dukungan Sebaya (Dukungan teman sebaya)

Untuk mengukur variabel dukungan teman sebaya, penelitian ini menggunakan alat ukur dukungan teman sebaya dari *The Social Provisions Scale* (SPS) yang dikembangkan oleh Cutrona & Russell (1987) dan dimodifikasi oleh Afifa (2018).

Skala ini digunakan untuk mengukur persepsi individu terhadap dukungan sosial yang diperoleh dari teman sebaya, khususnya dalam bentuk perdamaian emosional, rasa kebersamaan, dan ketersediaan bantuan.

Alat ukur dukungan teman sebaya terdiri dari beberapa item dengan skala Likert, di mana skor yang lebih tinggi menunjukkan persepsi dukungan teman sebaya yang lebih kuat. Skala ini dipilih karena relevan dengan konteks kehidupan santri yang tuntutan interaksi sosial intensif di lingkungan pesantren.

Tabel 3. 3 Blue Print Skala Dukungan teman sebaya

No	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			Fav	Unfav	
1	<i>Emotional Attachment</i>	Merasakan kedekatan emosional serta rasa aman dengan orang lain	8	2, 17	3
2	<i>Social Integration</i>	Memiliki kesempatan berbagi minat dan terlibat dalam aktivitas bersama kelompok	5	11, 18	3
3	<i>Reassurance of Worth</i>	Mendapat pengakuan dan penghargaan atas kemampuan yang dimiliki	10, 16	4, 6	4
4	<i>Reliable Alliance</i>	Memiliki kesempatan berbagi pengalaman suka dan duka dengan orang lain	1, 19	7, 14	4
5	<i>Guidance</i>	Mendapatkan arah, saran, atau bimbingan dari orang lain	9, 13	3, 15	4
6	<i>Opportunity to provide nurturance</i>	Merasakan dirinya dibutuhkan orang lain	-	12, 20	2
Total			20 item		

2. Instrumen Kualitatif

Instrumen kualitatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah pedoman wawancara semi-terstruktur. Menurut Creswell & Poth (2018),

wawancara semi-terstruktur memungkinkan peneliti untuk menggali pengalaman dan persepsi partisipan secara mendalam, sekaligus tetap fokus pada isu-isu utama yang relevan dengan tujuan penelitian.

Pedoman wawancara disusun berdasarkan analisis hasil data kuantitatif, terutama temuan yang bersifat signifikan atau menunjukkan pola yang menarik untuk didalami lebih lanjut. Pedoman ini berisi tema-tema utama dan pertanyaan pembuka yang berkaitan dengan pengalaman penyesuaian diri santri, peran modal psikologis, dukungan teman sebaya, serta interaksi antara kekuatan internal dan dukungan eksternal dalam proses adaptasi di pesantren.

G. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

a. Uji Validitas

Validitas adalah tingkat ketepatan, presisi, dan kecermatan suatu instrumen dalam menjalankan fungsi pengukuran. Validitas menunjukkan sejauh mana alat ukur mampu mengukur konstruk atau variabel yang memang seharusnya diukur dalam suatu penelitian, sehingga menjadi aspek penting dalam menentukan kualitas instrumen penelitian.

Menurut Sugeng (2014), validitas instrumen dapat diketahui melalui nilai korelasi. Semakin tinggi koefisien validitas yang diperoleh, maka semakin baik kualitas alat ukur tersebut dalam memenuhi standar pengukuran serta menghasilkan data yang relevan dengan tujuan penelitian. Pada penelitian ini, pengujian validitas konstruk dilakukan menggunakan program IBM SPSS Statistics versi 27.0 for Windows melalui teknik *Corrected Item-Total Correlation*. Teknik ini didasarkan pada prinsip korelasi *Pearson Product Moment* untuk menilai sejauh mana setiap butir pernyataan memiliki hubungan linear dengan skor total skala. Suatu item dinyatakan valid apabila memiliki nilai koefisien korelasi (r) lebih besar dari r tabel.

Sebelum digunakan pada penelitian utama, instrumen diujicobakan kepada 60 santri pada Pondok Pesantren Al-Mawaddah Blitar. Uji validitas dilakukan menggunakan analisis corrected item-total correlation dengan kriteria nilai koefisien $> 0,30$. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat beberapa item yang memiliki nilai corrected item-total correlation di bawah 0,30 sehingga dinyatakan tidak valid dan dieliminasi dari instrumen. Setelah item-item yang tidak valid dihapus, instrumen yang tersisa memenuhi kriteria validitas dan digunakan pada penelitian utama.

1) Skala Modal psikologis

Berikut merupakan validitas skala modal psikologis:

Tabel 3. 4 Uji Validitas Skala Psychological Adjustment

Item pernyataan	<i>Corrected Item- Total Correlation (r)</i>	r tabel	Keterangan
Item 1	0.560	0.254	Valid
Item 2	0.416	0.254	Valid
Item 3	0.616	0.254	Valid
Item 4	0.320	0.254	Valid
Item 5	0.588	0.254	Valid
Item 6	0.368	0.254	Valid
Item 7	0.580	0.254	Valid
Item 8	0.629	0.254	Valid
Item 9	0.476	0.254	Valid
Item 10	0.555	0.254	Valid
Item11	0.438	0.254	Valid
Item 12	0.550	0.254	Valid
Item 13	0.280	0.254	Valid
Item 14	0.534	0.254	Valid
Item 15	0.495	0.254	Valid
Item 16	0.451	0.254	Valid
Item 17	0.495	0.254	Valid
Item 18	0.589	0.254	Valid
Item 19	0.367	0.254	Valid
Item 20	0.451	0.254	Valid
Item 21	0.394	0.254	Valid
Item 22	0.355	0.254	Valid
Item 23	0.697	0.254	Valid
Item 24	0.283	0.254	Valid

Hasil rangkuman di atas menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan (X01 sampai X24) memiliki nilai r hitung yang bergerak dari nilai terendah 0,280 (pada item X13) hingga nilai tertinggi 0,697 (pada item X23). Karena

seluruh nilai koefisien korelasi berada di atas ambang batas r tabel ($r > 0,254$) dan didukung oleh nilai signifikansi yang berada jauh di bawah alpha 5%, maka disimpulkan bahwa seluruh item (24 item) pada Skala Modal psikologis dinyatakan VALID dan tidak ada satu pun item yang gugur.

2) Skala Penyesuaian diri santri

Berikut merupakan validitas skala Penyesuaian diri santri:

Tabel 3. 5 Uji Validias Skala Penyesuaian diri santri

Item pernyataan	<i>Corrected Item- Total Correlation</i>	Kriteria	Keterangan
Item 1	0.641	0.254	Valid
Item 2	0.285	0.254	Valid
Item 3	0.605	0.254	Valid
Item 4	0.500	0.254	Valid
Item 5	0.286	0.254	Valid
Item 6	0.499	0.254	Valid
Item 7	0.390	0.254	Valid
Item 8	0.493	0.254	Valid
Item 9	0.619	0.254	Valid
Item 10	0.457	0.254	Valid
Item11	0.356	0.254	Valid
Item 12	0.417	0.254	Valid
Item 13	0.493	0.254	Valid
Item 14	0.387	0.254	Valid
Item 15	0.592	0.254	Valid
Item 16	0.382	0.254	Valid
Item 17	0.533	0.254	Valid
Item 18	0.316	0.254	Valid
Item 19	0.532	0.254	Valid
Item 20	0.277	0.254	Valid
Item 21	0.533	0.254	Valid
Item 22	0.399	0.254	Valid
Item 23	0.474	0.254	Valid

Hasil uji validitas skala penyesuaian diri santri menunjukkan bahwa seluruh item pada variabel penelitian memiliki nilai koefisien korelasi (r hitung) lebih besar dibandingkan r tabel sebesar 0,254. Maka, seluruh butir pernyataan dinyatakan valid dan mampu mengukur konstruk penelitian secara tepat. Nilai korelasi item-total berkisar antara 0,277 hingga 0,641, yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki kualitas pengukuran yang memadai dan layak digunakan dalam penelitian.

3) Skala Dukungan teman sebaya

Berikut merupakan validitas skala Penyesuaian diri santri:

Tabel 3. 6 Uji Validitas Skala Dukungan teman sebaya

Item pernyataan	<i>Corrected Item- Total Correlation</i>	Kriteria	Keterangan
Item 1	0.293	0.254	Valid
Item 2	0.658	0.254	Valid
Item 3	0.645	0.254	Valid
Item 4	0.425	0.254	Valid
Item 5	0.280	0.254	Valid
Item 6	0.750	0.254	Valid
Item 7	0.699	0.254	Valid
Item 8	0.584	0.254	Valid
Item 9	0.313	0.254	Valid
Item 10	0.309	0.254	Valid
Item11	0.579	0.254	Valid
Item 12	0.372	0.254	Valid
Item 13	0.356	0.254	Valid
Item 14	0.639	0.254	Valid
Item 15	0.532	0.254	Valid
Item 16	0.286	0.254	Valid
Item 17	0.716	0.254	Valid
Item 18	0.464	0.254	Valid
Item 19	0.403	0.254	Valid
Item 20	0.434	0.254	Valid

Berdasarkan hasil pengujian validitas konstruk, seluruh butir pernyataan pada variabel Z menunjukkan nilai *Corrected Item-Total Correlation* yang melampaui batas minimum r tabel sebesar 0,254. Koefisien korelasi masing-masing item berada pada rentang 0,280 hingga 0,750, yang mengindikasikan bahwa setiap item memiliki hubungan yang memadai dengan skor total variabel. Temuan ini menunjukkan bahwa seluruh item mampu merepresentasikan konstruk yang diukur secara baik, sehingga tidak terdapat item yang perlu dieliminasi. Oleh karena itu, instrumen pada variabel Z dinyatakan memenuhi kriteria validitas dan dapat digunakan sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian.

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas instrumen dilakukan dengan menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha*. Menurut Nunnally & Bernstein (1994),

suatu instrumen dikatakan reliabel apabila memiliki nilai $\text{Alpha} \geq 0,70$. Uji reliabilitas dilakukan secara terpisah untuk masing-masing skala, yaitu skala Modal Psikologis, Skala Penyesuaian Psikologis, dan subskala Dukungan Sebaya.

Tabel 3. 7 Uji Reliabilitas Skala

Skala Penelitian	<i>Cronbach's alpha</i>	Jumlah item	keterangan
Modal psikologis	0.733	24	Reliabel
Penyesuaian diri pada santri	0.717	23	Reliabel
Dukungan teman sebaya	0.734	20	Reliabel

Berdasarkan hasil uji reliabilitas menggunakan koefisien Cronbach's Alpha, seluruh skala penelitian menunjukkan tingkat konsistensi internal yang baik. Skala Modal psikologis memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,733, skala Penyesuaian diri pada santri sebesar 0,717, dan skala Dukungan teman sebaya sebesar 0,734. Seluruh nilai tersebut berada di atas batas minimum reliabilitas yang umumnya digunakan, yaitu 0,70.

Hasil ini menunjukkan bahwa setiap skala memiliki tingkat keandalan yang memadai dalam mengukur konstruk yang diteliti secara konsisten. Maka, instrumen penelitian dapat dinyatakan reliabel dan layak digunakan dalam proses pengumpulan data penelitian utama. Skala Dukungan teman sebaya memiliki tingkat reliabilitas tertinggi di antara ketiga variabel, meskipun perbedaannya relatif kecil, yang menandakan bahwa seluruh instrumen memiliki kualitas konsistensi yang cukup seimbang.

H. Metode Analisis Data

1. Analisis Data Kuantitatif

a. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran umum mengenai kondisi data penelitian melalui pengolahan skor responden. Menurut Azwar (2012), analisis deskriptif dalam penelitian psikologi bertujuan untuk menggambarkan distribusi data, kecenderungan skor, serta posisi subjek dalam kategori tertentu berdasarkan skor yang diperoleh. Pada penelitian ini, analisis deskriptif dilakukan dengan menggunakan mean empirik, mean hipotetik, standar deviasi, dan kategorisasi data.

1) Rumus Mean Empirik

Mean empirik merupakan nilai rata-rata aktual yang diperoleh berdasarkan data hasil penelitian dari seluruh responden. Mean empirik digunakan untuk mengetahui kecenderungan nyata kondisi variabel pada subjek penelitian. Mean empirik diperoleh melalui penjumlahan seluruh skor responden kemudian dibagi dengan jumlah responden. Mean empirik digunakan untuk melihat kondisi nyata subjek berdasarkan hasil pengukuran lapangan.

2) Mean Hipotetik

Mean hipotetik adalah nilai rata-rata teoritis yang diperoleh berdasarkan kemungkinan skor minimum dan maksimum pada skala penelitian. Mean hipotetik digunakan sebagai acuan untuk menentukan apakah skor empirik subjek berada pada kategori rendah, sedang, atau tinggi. Mean hipotetik berfungsi sebagai titik tengah teoritis dari distribusi skor skala.

$$\mu = \frac{X_{max} + X_{min}}{2}$$

Keterangan:

- μ = Mean hipotetik
- X_{max} = Skor maksimal teoretis
- X_{min} = Skor minimal teoretis

3) Rumus Standar Deviasi

Standar deviasi digunakan untuk mengetahui tingkat penyebaran data atau variasi skor responden terhadap nilai rata-rata. Semakin besar standar deviasi, maka semakin besar variasi data. Standar deviasi membantu menentukan batas kategori dalam interpretasi data penelitian.

$$SD = 1/6 (X_{max} - X_{min})$$

Keterangan :

SD : Standar Deviasi

Xmax : Skor tertinggi item

Xmin : Skor terendah item

4) Kategorisasi

Kategorisasi dilakukan untuk mengelompokkan skor responden ke dalam kategori tertentu, seperti rendah, sedang, dan tinggi. Kategorisasi ini bertujuan untuk mempermudah interpretasi kondisi subjek penelitian. Melalui kategorisasi ini, peneliti dapat mengetahui distribusi tingkat variabel pada subjek penelitian secara lebih sistematis.

Rendah: $X < (\text{Mean hipotetik} - 1 \text{ SD})$

Sedang: $(\text{Mean hipotetik} - 1 \text{ SD}) \leq X < (\text{Mean hipotetik} + 1 \text{ SD})$

Tinggi: $X \geq (\text{Mean hipotetik} + 1 \text{ SD})$

b. Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi klasik merupakan tahapan penting sebelum melakukan analisis regresi untuk memastikan bahwa model statistik memenuhi persyaratan analisis sehingga hasil penelitian dapat diinterpretasikan secara akurat. Menurut Ghozali (2018), pengujian asumsi klasik bertujuan untuk memastikan bahwa model regresi menghasilkan estimator yang bersifat BLUE (*Best Linear Unbiased Estimator*). Uji asumsi yang umum digunakan meliputi uji normalitas, linieritas, multikolinieritas, dan heterokedastisitas.

1) Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data residual dalam model regresi berdistribusi normal. Model regresi yang baik adalah model yang residualnya memiliki distribusi normal atau mendekati normal (Ghozali, 2018). Pengujian ini dapat dilakukan melalui metode Kolmogorov-Smirnov. Data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05, sedangkan nilai Sig. kurang dari 0,05 menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal. Uji normalitas penting karena distribusi residual yang tidak normal dapat memengaruhi ketepatan pengujian hipotesis.

2) Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel independen dan variabel dependen bersifat linear. Menurut Priyatno (2018), analisis regresi linear hanya dapat digunakan apabila terdapat hubungan linear antara variabel bebas dan variabel terikat. Pengujian biasanya dilakukan melalui *Test for Linearity* pada SPSS. Hubungan dinyatakan linear apabila nilai signifikansi pada *Linearity* < 0,05 dan nilai signifikansi pada

Deviation from Linearity > 0,05. Jika hubungan tidak linear, maka model regresi linear tidak sesuai digunakan.

3) Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi tinggi antarvariabel independen dalam model regresi. Menurut Ghozali (2018), model regresi yang baik seharusnya tidak terjadi korelasi antarvariabel independen. Multikolinieritas dapat menyebabkan ketidakstabilan koefisien regresi dan menurunkan keakuratan model. Pengujian dilakukan dengan melihat nilai Tolerance dan Variance Inflation Factor (VIF). Tidak terjadi multikolinieritas apabila nilai Tolerance > 0,10 dan nilai VIF < 10.

4) Uji Heterokedastisitas

Uji heterokedastisitas bertujuan untuk mengetahui apakah terjadi ketidaksamaan varians residual dari satu pengamatan ke pengamatan lainnya. Menurut Ghozali (2018), model regresi yang baik adalah model yang tidak mengalami heterokedastisitas, yaitu ketika varians residual bersifat konstan (homoskedastisitas). Pengujian dapat dilakukan menggunakan metode Glejser atau Scatterplot. Jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka model dinyatakan bebas dari heterokedastisitas, sedangkan jika kurang dari 0,05 menunjukkan adanya gejala heterokedastisitas.

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk menguji kebenaran dugaan penelitian mengenai hubungan maupun pengaruh antarvariabel berdasarkan data empiris. Pada penelitian ini, pengujian hipotesis dilakukan melalui uji regresi linear berganda dan analisis moderasi menggunakan *PROCESS Macro Hayes*. Kedua teknik ini digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen serta peran variabel moderator dalam memperkuat atau memperlemah hubungan tersebut.

1) Uji Regresi Linear Berganda

Regresi linear berganda merupakan teknik analisis statistik yang digunakan untuk mengetahui pengaruh dua atau lebih variabel independen terhadap satu variabel dependen secara simultan maupun parsial. Menurut Ghozali (2018), analisis regresi berganda bertujuan untuk mengukur kekuatan hubungan antara dua variabel atau lebih, sekaligus menunjukkan arah hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen.

Persamaan umum regresi linear berganda adalah:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$$

Keterangan:

Y = variabel dependen

a = konstanta

b_1, b_2 = koefisien regresi

X_1, X_2 = variabel independen

e = error

Pengujian regresi linear berganda dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan analisis statistik, yaitu uji t, uji F, dan koefisien determinasi (R^2). Uji t digunakan untuk mengetahui pengaruh parsial masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen, sehingga dapat diketahui sejauh mana setiap variabel bebas secara individual memberikan kontribusi terhadap variabel terikat. Sementara itu, uji F digunakan untuk menguji pengaruh simultan seluruh variabel independen terhadap variabel dependen secara bersama-sama. Uji ini bertujuan untuk mengetahui apakah model regresi yang digunakan secara keseluruhan memiliki pengaruh yang signifikan. Selain itu, koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk mengukur seberapa besar kontribusi variabel independen dalam menjelaskan variasi pada variabel dependen. Semakin besar nilai R^2 , maka semakin besar pula kemampuan variabel independen dalam menjelaskan perubahan variabel dependen. Menurut Sugiyono (2019), hipotesis penelitian dinyatakan diterima apabila nilai

signifikansi lebih kecil dari 0,05, yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antarvariabel yang diteliti.

2) Analisis Moderasi dengan Proses Hayes

Analisis moderasi digunakan untuk mengetahui apakah variabel moderator memengaruhi kekuatan atau arah hubungan antara variabel independen dan dependen. Menurut Hayes (2017), moderasi terjadi ketika hubungan antara dua variabel berubah tergantung pada tingkat variabel ketiga (moderator).

Pada penelitian ini, analisis moderasi dilakukan menggunakan *PROCESS Macro* oleh Andrew F. Hayes pada IBM SPSS. Model yang umum digunakan adalah Model 1, yaitu model moderasi sederhana. Persamaan moderasi adalah:

$$Y = b_0 + b_1X + b_2M + b_3(X \times M) + e$$

Keterangan:

Y = variabel dependen

X = variabel independen

M = variabel moderator

$X \times M$ = interaksi antara variabel independen dan moderator

b_3 = koefisien interaksi/moderasi

Kriteria pengujian dalam analisis moderasi menggunakan *PROCESS Macro* Hayes ditentukan berdasarkan nilai signifikansi pada interaksi antara variabel independen dan variabel moderator ($X \times M$). Apabila nilai signifikansi interaksi lebih kecil dari 0,05, maka variabel moderator dinyatakan berperan signifikan dalam memoderasi hubungan antara variabel independen dan variabel dependen, baik dengan memperkuat maupun memperlemah hubungan tersebut. Sebaliknya, jika nilai signifikansi interaksi lebih besar dari 0,05, maka variabel moderator dianggap tidak memiliki pengaruh moderasi yang signifikan. Hayes (2018) menjelaskan bahwa penggunaan metode *bootstrapping* dalam *PROCESS Macro* memberikan estimasi yang lebih kuat dan akurat

dibandingkan metode konvensional, karena pendekatan ini tidak sepenuhnya bergantung pada asumsi normalitas distribusi data sehingga lebih mampu menghasilkan analisis yang stabil dan terpercaya.

2. Analisis Data Kualitatif

Analisis data kualitatif merupakan proses sistematis dalam mengorganisasi, menginterpretasi, dan memahami data yang diperoleh dari lapangan agar menghasilkan temuan yang bermakna. Menurut Miles et al. (2014), analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung terus-menerus hingga data mencapai kejenuhan. Model analisis ini terdiri dari tiga tahapan utama, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi (penarikan kesimpulan dan verifikasi). Komponen ketiga ini saling berkaitan dalam menghasilkan interpretasi penelitian yang valid.

a. Data Reduction (Reduksi data)

Reduksi data merupakan proses pemilihan, pemusatan perhatian, penyederhanaan, pengabstrakan, serta transformasi data mentah yang diperoleh dari catatan lapangan, wawancara, observasi, maupun dokumentasi. Miles et al. (2014) menjelaskan bahwa reduksi data bertujuan untuk menyeleksi informasi yang relevan dengan fokus penelitian sehingga peneliti dapat lebih mudah memahami pola data yang muncul. Pada tahap ini, data yang tidak relevan diungkapkan, sementara data penting ditentukan berdasarkan tema atau variabel penelitian. Proses reduksi data dilakukan secara berkelanjutan selama penelitian berlangsung sehingga membantu peneliti memusatkan analisis pada informasi yang paling bermakna.

b. Data Display (Penyajian Data)

Penyajian data adalah proses penyusunan informasi yang telah direduksi ke dalam bentuk yang sistematis agar memudahkan peneliti dalam memahami temuan penelitian dan mengambil

tindakan analitis. Tampilan data dapat berupa narasi deskriptif, tabel, matriks, grafik, jaringan, maupun bagan. Penyajian data yang terstruktur memungkinkan peneliti melihat hubungan antar kategori, pola perilaku, serta kecenderungan tertentu yang muncul dari data lapangan. Maka, tampilan data berfungsi untuk mempermudah interpretasi serta mendukung proses penarikan kesimpulan secara lebih akurat (Miles et al., 2014).

c. *Conclusion Drawing/Verivication* (Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi)

Penarikan kesimpulan merupakan tahap akhir dalam analisis data kualitatif yang bertujuan untuk menemukan makna, pola, hubungan, maupun proposisi berdasarkan data yang telah dianalisis. Miles dkk. (2014) menyatakan bahwa kesimpulan awal yang diperoleh selama proses penelitian perlu dilakukan pengujian secara terus-menerus agar memiliki validitas yang kuat. Verifikasi dilakukan melalui pengecekan ulang data, triangulasi sumber, diskusi antarpeleliti, serta konfirmasi terhadap informan. Tahap ini penting untuk memastikan bahwa kesimpulan yang dihasilkan benar-benar didukung oleh data empiris dan bukan sekadar asumsi peneliti.

I. Triangulasi Data

Triangulasi data merupakan teknik pemeriksaan keabsahan data dalam penelitian kualitatif yang dilakukan dengan memanfaatkan berbagai sumber, metode, teori, atau peneliti untuk memperoleh data yang lebih valid dan dapat dipercaya. Triangulasi bertujuan untuk meningkatkan kredibilitas hasil penelitian dengan cara membandingkan serta memeriksa konsistensi informasi yang diperoleh dari berbagai sudut pandang. Triangulasi adalah strategi validasi data yang dilakukan melalui penggunaan lebih dari satu pendekatan dalam mempelajari suatu fenomena agar hasil penelitian menjadi lebih akurat.

Miles et al. (2014) menjelaskan bahwa triangulasi membantu peneliti mengurangi bias subjektivitas serta memperkuat interpretasi data melalui konfirmasi silang dari berbagai sumber informasi. Maka, data yang diperoleh tidak hanya bergantung pada satu sumber atau satu metode tertentu, melainkan harus melalui proses verifikasi yang lebih komprehensif.

Triangulasi data secara umum meliputi beberapa bentuk, yaitu triangulasi sumber, triangulasi metode, triangulasi peneliti, dan triangulasi teori. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data dari berbagai informan atau sumber data yang berbeda. Triangulasi metode dilakukan dengan menggunakan beberapa teknik pengumpulan data seperti wawancara, observasi, dan dokumentasi. Triangulasi peneliti melibatkan lebih dari satu peneliti untuk meninjau data, sedangkan triangulasi teori menggunakan berbagai perspektif teori dalam menafsirkan temuan penelitian (Sugiyono, 2020).

Penelitian ini menerapkan triangulasi metode dengan memadukan data hasil kuesioner yang telah diisi oleh kelima partisipan wawancara. Pendekatan ini mengintegrasikan metode kuantitatif melalui kuesioner dan metode kualitatif melalui wawancara guna memperoleh pemahaman yang mengidentifikasi pola maupun kecenderungan yang muncul dari keseluruhan temuan data lebih menyeluruh. Melalui penggabungan kedua metode tersebut, penelitian bertujuan untuk mengidentifikasi pola maupun kecenderungan yang muncul dari keseluruhan temuan data.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Hasil Kuantitatif

a. Analisis Deskriptif

Karakteristik responden dalam penelitian ini di kategorisasikan berdasarkan jumlah partisipan dari setiap pondok, jenis kelamin dan alasan masuk Pondok Pesantren.

Tabel 4. 1Kategorisasi Partisipan

Nama Pondok Pesantren	Jenis Kelamin		Total
	Laki-laki	Perempuan	
PP Al-Muqaddasah	52	84	136
PP Sulamul Huda	7	7	14
PP Al-Islam	100	73	173
Jumlah Partisipan			323

Berdasarkan data partisipan penelitian, jumlah keseluruhan santri yang terlibat sebanyak 323 orang yang berasal dari tiga pondok pesantren. Pondok Pesantren Al-Islam merupakan penyumbang partisipan terbanyak, yaitu 173 santri (53,56%), terdiri atas 100 santri laki-laki (30,96%) dan 73 santri perempuan (22,60%). Selanjutnya, Pondok Pesantren Al-Muqaddasah menyumbang 136 santri (42,11%), yang terdiri atas 52 santri laki-laki (16,10%) dan 84 santri perempuan (26,01%). Adapun Pondok Pesantren Sulamul Huda memiliki jumlah partisipan paling sedikit, yaitu 14 santri (4,33%), yang terdiri atas 7 santri laki-laki (2,17%) dan 7 santri perempuan (2,17%). Secara keseluruhan, partisipan penelitian terdiri atas 159 santri laki-laki (49,23%) dan 164 santri perempuan (50,77%). Data tersebut menunjukkan bahwa jumlah partisipan perempuan sedikit lebih banyak dibandingkan partisipan laki-laki, meskipun perbedaannya tidak terlalu besar.

Tabel 4. 2 Kategorisasi Alasan Mondok

Nama Pondok Pesantren	Jenis Kelamin	Alasan Mondok		
		Disuruh Orang Tua	Keinginan Sendiri	Lainnya
PP Al-	Laki-laki	11	37	4
Muqaddasah	Perempuan	28	49	7
PP Sulamul Huda	Laki-laki	3	4	-
	Perempuan	5	2	-
PP Al-Islam	Laki-laki	42	54	4
	Perempuan	22	34	17
Total		111	180	32

Berdasarkan alasan mondok, mayoritas santri memilih untuk mondok atas keinginan sendiri, yaitu sebanyak 180 orang (55,73%). Sementara itu, sebanyak 111 santri (34,37%) menyatakan bahwa keputusan mondok didorong oleh orang tua. Adapun 32 santri (9,91%) memiliki alasan lain untuk mondok. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar santri memiliki motivasi internal dalam memilih pendidikan pesantren, meskipun peran orang tua masih menjadi salah satu faktor yang cukup dominan dalam pengambilan keputusan tersebut.

Sebelum dilakukan analisis deskriptif terhadap masing masing variabel penelitian, terlebih dahulu dilakukan analisis terhadap aspek pembentuk variabel. Analisis ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai kontribusi setiap aspek dalam membentuk variabel psychological capital, student adjustment, dan peer support pada santri baru di pondok pesantren.

Variabel psychological capital dalam penelitian ini terdiri dari empat aspek utama, yaitu hope (harapan), efficacy (efikasi diri), resiliency (resiliensi), dan optimism (optimisme). Keempat aspek tersebut menggambarkan kapasitas psikologis positif individu dalam menghadapi tuntutan, hambatan, serta perubahan lingkungan baru. Hasil analisis distribusi aspek psychological capital disajikan pada tabel berikut.

Tabel 4. 3 Distribusi Aspek Pembentuk Psychological Capital

No	Aspek Psychological Capital	Jumlah Skor	Mean	Persentase
1	Hope (Harapan)	5693	0,2516	25%
2	Efficacy (Efikasi Diri)	5551	0,2454	25%
3	Resiliency (Resiliensi)	5432	0,2401	24%
4	Optimism (Optimisme)	5947	0,2629	26%
Total		22623		100%

Berdasarkan tabel tersebut, aspek optimism memiliki kontribusi terbesar dalam membentuk psychological capital dengan jumlah skor sebesar 5947 atau 26%. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan santri dalam mempertahankan pandangan positif terhadap masa depan menjadi aspek yang paling dominan dalam modal psikologis yang dimiliki. Selanjutnya, aspek hope memperoleh kontribusi sebesar 25%, yang menunjukkan bahwa kemampuan menetapkan tujuan serta mempertahankan motivasi menjadi bagian penting dalam menghadapi proses adaptasi di lingkungan pondok pesantren.

Aspek efficacy memperoleh kontribusi sebesar 25%, yang menggambarkan keyakinan santri terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik, sosial, maupun perubahan kehidupan pesantren. Sementara itu, aspek resiliency memiliki kontribusi sebesar 24%. Meskipun menjadi aspek dengan persentase paling rendah, resiliensi tetap menjadi komponen penting karena berkaitan dengan kemampuan santri untuk bertahan dan bangkit ketika menghadapi kesulitan.

Selanjutnya, variabel student adjustment terdiri dari lima aspek, yaitu persepsi yang akurat terhadap realitas, kemampuan mengatasi stres dan kecemasan, gambaran diri yang positif, kemampuan mengekspresikan perasaan, dan hubungan interpersonal yang baik. Kelima aspek tersebut menggambarkan kemampuan santri dalam menyesuaikan diri terhadap tuntutan lingkungan pesantren.

Tabel 4. 4 Distribusi Aspek Pembentuk Student Adjustment

No	Aspek Student Adjustment	Jumlah Skor	Persentase
1	Persepsi yang akurat terhadap realitas	2731	13,7%
2	Kemampuan mengatasi stres dan kecemasan	3724	18,6%
3	Gambaran diri yang positif	4307	21,5%
4	Kemampuan mengekspresikan perasaan	3390	17,0%
5	Hubungan interpersonal yang baik	5848	29,2%
Total		20000	100%

Hasil analisis menunjukkan bahwa aspek hubungan interpersonal yang baik memiliki kontribusi terbesar dalam membentuk student adjustment dengan jumlah skor sebesar 5848 atau 29,2%. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan membangun hubungan sosial yang positif menjadi aspek utama dalam membantu santri baru beradaptasi dengan lingkungan pondok pesantren yang memiliki karakter kehidupan bersama.

Aspek gambaran diri yang positif memperoleh kontribusi sebesar 21,5%, menunjukkan bahwa kemampuan individu dalam menerima dan memandang dirinya secara positif mendukung proses penyesuaian diri. Selanjutnya, kemampuan mengatasi stres dan kecemasan memberikan kontribusi sebesar 18,6%, sedangkan kemampuan mengekspresikan perasaan memberikan kontribusi sebesar 17%.

Aspek persepsi yang akurat terhadap realitas memiliki kontribusi sebesar 13,7% dan menjadi aspek dengan persentase terendah. Meskipun demikian, aspek ini tetap berperan dalam membantu santri memahami kondisi lingkungan secara objektif sehingga mampu melakukan penyesuaian secara lebih efektif.

Variabel peer support dalam penelitian ini terdiri dari enam aspek, yaitu emotional attachment, social integration, reassurance of worth, reliable alliance, guidance, dan opportunity to provide nurturance. Aspek aspek tersebut menggambarkan bentuk dukungan sosial yang diperoleh santri dari teman sebaya selama menjalani kehidupan di pondok pesantren.

Tabel 4. 5 Distribusi Aspek Pembentuk Peer Support

No	Aspek Peer Support	Jumlah Skor	Persentase
1	Emotional Attachment	2348	14,6%
2	Social Integration	2266	14,1%
3	Reassurance of Worth	3269	20,3%
4	Reliable Alliance	3327	20,7%
5	Guidance	3349	20,8%
6	Opportunity to Provide Nurturance	1513	9,4%
Total		16072	100%

Berdasarkan tabel tersebut, aspek guidance memiliki kontribusi terbesar dalam membentuk peer support dengan jumlah skor sebesar 3349 atau 20,8%. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan berupa arahan, saran, serta bantuan informasi dari teman sebaya menjadi bentuk dukungan yang paling banyak dirasakan oleh santri baru.

Aspek reliable alliance memperoleh kontribusi sebesar 20,7%, yang menunjukkan bahwa keberadaan teman yang dapat dipercaya dan diandalkan menjadi faktor penting dalam membantu santri menghadapi tantangan selama proses adaptasi. Selanjutnya, aspek reassurance of worth memberikan kontribusi sebesar 20,3%, yang menggambarkan pentingnya penerimaan dan penghargaan dari teman sebaya.

Sementara itu, emotional attachment dan social integration masing masing memberikan kontribusi sebesar 14,6% dan 14,1%. Adapun opportunity to provide nurturance memiliki kontribusi paling rendah yaitu sebesar 9,4%. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman menerima dukungan dari teman sebaya lebih dominan dibandingkan kesempatan santri dalam memberikan dukungan kepada teman lain.

Tabel 4. 6 Hasil Uji Deskriptif

Skala	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Modal psikologis	323	41	92	70.08	8.290
Penyesuaian diri pada santri	323	44	86	68.82	6.537
Dukungan teman sebaya	323	23	79	57.33	8.686
<i>Valid N</i>	323				

Variabel modal psikologis menunjukkan nilai rata-rata (*mean*) sebesar 70,08 dengan skor minimum 41 dan maksimum 92, serta standar deviasi sebesar 8,290. Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum partisipan memiliki tingkat modal psikologis yang relatif baik. Nilai rata-rata yang cukup tinggi mengindikasikan bahwa sebagian besar santri baru memiliki kapasitas psikologis positif, seperti optimisme, harapan, efikasi diri, dan resiliensi dalam menghadapi proses adaptasi di lingkungan pesantren. Standar deviasi yang tidak terlalu besar menunjukkan bahwa distribusi skor responden cenderung cukup merata.

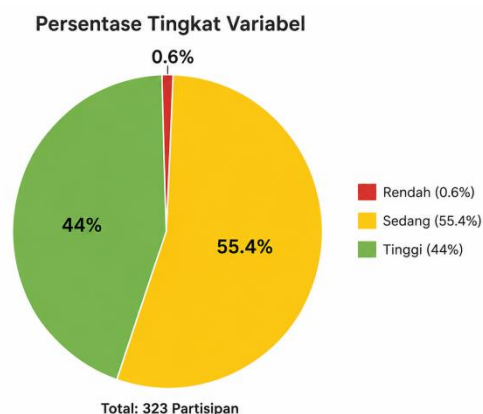
Pada variabel penyesuaian diri pada santri, diperoleh nilai rata-rata sebesar 68,82 dengan skor minimum 44 dan maksimum 86, serta standar deviasi sebesar 6,537. Data ini menunjukkan bahwa mayoritas partisipan memiliki kemampuan penyesuaian diri yang cukup baik terhadap lingkungan pondok pesantren, baik dari aspek akademik, sosial, maupun emosional. Nilai standar deviasi yang lebih rendah dibandingkan variabel lain mengindikasikan bahwa tingkat penyesuaian diri antarpartisipan relatif lebih homogen.

Sementara itu, variabel dukungan teman sebaya memiliki nilai rata-rata sebesar 57,33 dengan skor minimum 23 dan maksimum 79, serta standar deviasi sebesar 8,686. Hasil ini menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya yang dirasakan oleh santri berada pada tingkat yang cukup baik, meskipun terdapat variasi yang lebih besar dibandingkan variabel lainnya. Variasi ini mengindikasikan bahwa pengalaman dukungan sosial antarpartisipan cukup beragam, tergantung pada hubungan sosial dan lingkungan pertemanan masing-masing santri.

Tabel 4. 7 Kategorisasi Data Modal psikologis

Tingkat	Frekuensi	Presentase
Rendah	2	0.6%
Sedang	179	55.4%
Tinggi	142	44%

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel penelitian, diketahui bahwa dari total 323 partisipan, sebagian besar berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 179 santri atau sebesar 55,4%. Sementara itu, partisipan yang berada pada kategori tinggi berjumlah 142 santri atau sebesar 44,0%, sedangkan kategori rendah hanya terdiri dari 2 santri atau sebesar 0,6%.

Gambar 4. 1 Persentase Modal psikologis

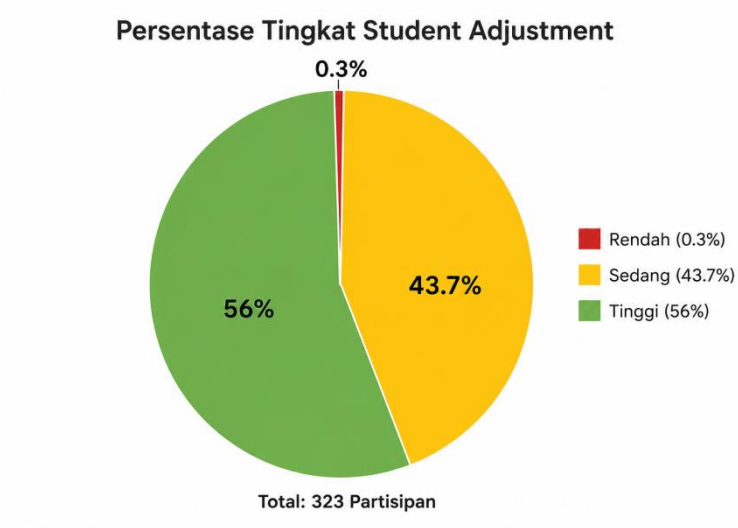
Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas partisipan memiliki tingkat variabel penelitian pada taraf sedang hingga tinggi, dengan dominasi terbesar berada pada kategori sedang. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa secara umum santri baru memiliki kemampuan atau kondisi yang cukup baik dalam aspek yang diukur, meskipun belum seluruhnya berada pada tingkat optimal. Persentase kategori tinggi yang cukup besar juga menunjukkan bahwa hampir setengah dari jumlah partisipan telah memiliki kapasitas yang baik pada variabel penelitian.

Sebaliknya, jumlah partisipan pada kategori rendah yang sangat kecil menunjukkan bahwa hanya sebagian kecil santri yang mengalami kondisi kurang optimal. Hal ini dapat diartikan bahwa mayoritas santri baru telah mampu menyesuaikan diri atau memiliki sumber daya psikologis maupun sosial yang memadai dalam menghadapi lingkungan pondok pesantren. Secara keseluruhan, distribusi kategori ini memberikan gambaran bahwa kondisi partisipan cenderung positif, dengan mayoritas berada pada tingkat sedang dan tinggi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa lingkungan pesantren serta faktor-faktor pendukung yang dimiliki santri berperan cukup baik dalam membantu proses perkembangan dan penyesuaian diri mereka selama menjalani kehidupan di pondok pesantren.

Tabel 4. 8 Kategorisasi Data Penyesuaian diri santri

Tingkat	Frekuensi	Presentase
Rendah	1	0.3%
Sedang	141	43.7%
Tinggi	181	56%

Berdasarkan hasil kategorisasi terhadap variabel penelitian, dari total 323 partisipan diketahui bahwa sebagian besar berada pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 181 santri atau sebesar 56,0%. Partisipan yang berada pada kategori sedang berjumlah 141 santri atau sebesar 43,7%, sedangkan kategori rendah hanya terdiri dari 1 santri atau sebesar 0,3%.

Gambar 4. 2 Persentase Penyesuaian diri santri

Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas partisipan memiliki tingkat variabel penelitian yang tergolong tinggi. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar santri baru telah memiliki kapasitas yang baik dalam aspek yang diukur, baik dari segi kemampuan psikologis, penyesuaian diri, maupun dukungan sosial, sesuai dengan variabel penelitian yang dianalisis. Dominasi kategori tinggi menggambarkan bahwa para partisipan umumnya mampu menghadapi tuntutan lingkungan pondok pesantren dengan cukup optimal.

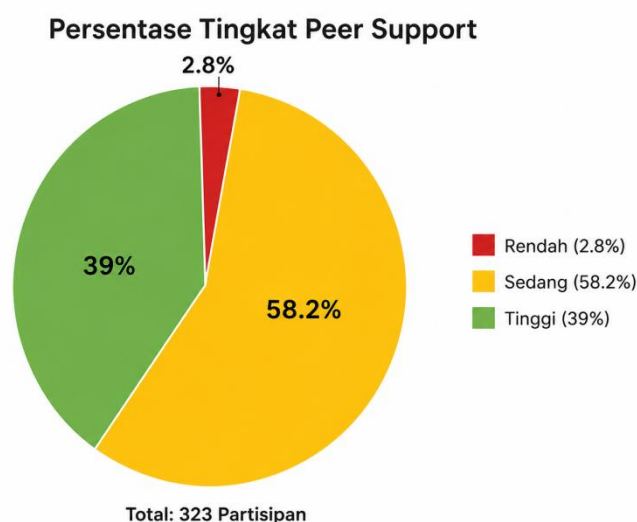
Persentase kategori sedang yang juga cukup besar menunjukkan bahwa masih terdapat sejumlah santri yang berada pada tingkat cukup baik, namun belum sepenuhnya mencapai kondisi optimal. Sementara itu, sangat kecilnya jumlah partisipan pada kategori rendah menandakan bahwa hanya sedikit santri yang mengalami hambatan atau keterbatasan dalam aspek yang diukur.

Tabel 4. 9 Kategorisasi Data Dukungan teman sebaya

Tingkat	Frekuensi	Presentase
Rendah	9	2.8%
Sedang	188	58.2%
Tinggi	126	39%

Hasil kategorisasi variabel penelitian menunjukkan bahwa dari keseluruhan 323 partisipan, sebagian besar santri berada pada kategori tinggi dengan jumlah 181 orang atau sebesar 56,0%. Selanjutnya sebanyak 141 partisipan atau 43,7% termasuk dalam kategori sedang, sementara kategori rendah hanya ditempati oleh 1 partisipan atau sebesar 0,3%. Data tersebut menggambarkan bahwa sebagian besar partisipan memiliki tingkat variabel penelitian yang cenderung tinggi.

Gambar 4. 3 Persentase Dukungan teman sebaya



Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan memiliki tingkat variabel penelitian yang tergolong tinggi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar santri baru telah memiliki kapasitas yang baik dalam aspek yang diukur, baik dari segi kemampuan psikologis, penyesuaian diri, maupun dukungan sosial, sesuai dengan variabel penelitian yang dianalisis. Dominasi kategori tinggi menggambarkan bahwa para partisipan umumnya mampu menghadapi tuntutan lingkungan pondok pesantren dengan cukup optimal.

Persentase kategori sedang yang juga cukup besar menunjukkan bahwa masih terdapat sejumlah santri yang berada pada tingkat cukup baik, namun belum sepenuhnya mencapai kondisi optimal. Sementara itu, kecilnya jumlah

partisipan pada kategori rendah menandakan bahwa hanya sedikit santri yang mengalami hambatan atau keterbatasan dalam aspek yang diukur.

b. Uji Asumsi Klasik

1) Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan pengujian yang dilakukan untuk mengetahui apakah data residu dalam model regresi memiliki distribusi yang normal. Distribusi residu yang normal menjadi salah satu syarat penting dalam parameter analisis karena berpengaruh terhadap keakuratan interpretasi hasil penelitian. Model regresi yang baik ditandai dengan residu yang menyebar secara normal, sehingga hasil analisis dapat dipercaya dan tidak bias.

Tabel 4. 10 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

			Unstandardized
			Residual
N			323
Normal Parameters ^{a,b}	Mean		.0474530
	Std. Deviation		4.59513405
Most Extreme Differences	Absolute		.049
	Positive		.038
	Negative		-.049
Test Statistic			.049
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c			.055
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^d	Sig.		.056
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.050
		Upper Bound	.061

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 299883525.

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*, diperoleh nilai Asymp. tanda tangan. (2-

tailed) sebesar 0,055. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05, yang menunjukkan bahwa sisa penelitian berdistribusi normal. Hasil ini menandakan bahwa data tidak mengalami penyimpangan distribusi yang signifikan dan telah memenuhi asumsi normalitas. Temuan tersebut juga diperkuat oleh hasil Monte Carlo Sig. sebesar 0,056 yang tetap berada di atas batas signifikansi 0,05.

Maka, dengan terpenuhinya asumsi normalitas, data penelitian dinilai layak untuk digunakan pada analisis selanjutnya, seperti regresi linier berganda dan analisis moderasi. Kondisi ini menunjukkan bahwa model penelitian memiliki dasar statistik yang memadai, sehingga hasil pengujian hubungan antarvariabel dapat diinterpretasikan dengan lebih akurat. Secara umum, hasil uji normalitas menunjukkan bahwa distribusi data responden berada dalam kondisi yang sesuai dengan persyaratan analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini.

2) Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel independen dan variabel dependen dalam penelitian bersifat linear. Hubungan yang linear menunjukkan bahwa perubahan pada variabel bebas diikuti oleh perubahan yang konsisten pada variabel terikat, sehingga analisis regresi linear dapat digunakan secara tepat. Pada pengujian ini, hubungan dinyatakan linear apabila nilai signifikansi pada *Linearity* kurang dari 0,05 dan nilai signifikansi pada *Deviation from Linearity* lebih dari 0,05.

Tabel 4. 11 Hasil Uji Linieritas Modal psikologis terhadap Penyesuaian diri santri

Skema	Deviation from Linierity
Modal psikologis on Penyesuaian diri santri	0.334

Berdasarkan hasil uji linieritas antara modal psikologis dan penyesuaian diri santri, diperoleh nilai signifikansi pada *Linearity* sebesar $<0,001$, yang berarti terdapat hubungan linear yang signifikan antara kedua variabel. Selain itu, nilai signifikansi pada *Deviation from Linearity* sebesar 0,334, yaitu lebih besar dari 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat penyimpangan hubungan dari bentuk linear, sehingga hubungan antara modal psikologis dan penyesuaian diri santri dapat dinyatakan linear. Maka, variabel modal psikologis memenuhi asumsi linieritas untuk dianalisis lebih lanjut dalam model regresi.

Tabel 4. 12 Hasil Uji Linieritas Dukungan teman sebaya terhadap Penyesuaian diri santri

Skema	Deviation from Linierity
Dukungan teman sebaya on Penyesuaian diri santri	0.256

Sementara itu, hasil uji linieritas antara dukungan teman sebaya dan penyesuaian diri santri juga menunjukkan nilai signifikansi pada *Linearity* sebesar $<0,001$, yang menandakan adanya hubungan linear yang signifikan antara kedua variabel. Nilai signifikansi pada *Deviation from Linearity* sebesar 0,265, yang juga lebih besar dari 0,05, menunjukkan bahwa hubungan tersebut tidak mengalami penyimpangan dari pola linear. Maka, hubungan antara dukungan teman sebaya dan penyesuaian diri santri juga dapat dinyatakan linear.

3) Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas dilakukan untuk mengetahui apakah antarvariabel independen dalam model regresi terdapat korelasi yang tinggi. Model regresi yang baik seharusnya tidak menunjukkan adanya multikolinieritas, karena hubungan yang terlalu kuat antarvariabel bebas

dapat mempengaruhi stabilitas koefisien regresi dan menurunkan hasil analisis. Pengujian multikolinieritas umumnya dilihat melalui nilai *Tolerance* dan *Variance Inflation Factor* (VIF). Data dinyatakan bebas dari multikolinieritas apabila nilai *Tolerance* lebih besar dari 0,10 dan nilai VIF kurang dari 10.

Tabel 4. 13 Hasil Uji Multikolinieritas

Variabel	Tolerance	VIF
Modal psikologis	0.953	1.049
Dukungan teman sebaya	0.953	1.049

Berdasarkan hasil uji multikolinieritas, variabel modal psikologis memiliki nilai Tolerance sebesar 0,953 dan nilai VIF sebesar 1,049. Sementara itu, variabel dukungan teman sebaya juga menunjukkan nilai Tolerance sebesar 0,953 dan VIF sebesar 1,049. Seluruh nilai tersebut memenuhi kriteria yang telah ditetapkan, yaitu $Tolerance > 0,10$ dan $VIF < 10$. Hasil ini menunjukkan bahwa tidak terdapat gejala multikolinieritas antara variabel modal psikologis dan dukungan teman sebaya dalam model regresi. Maka, kedua variabel independen tidak memiliki korelasi yang berlebihan dan masing-masing tetap mampu memberikan kontribusi yang jelas dalam menjelaskan variabel penyesuaian siswa .

4) Uji Heterokedastisitas

Uji heterokedastisitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat ketidaksamaan varians residual pada model regresi dari satu pengamatan ke pengamatan lainnya. Model regresi yang baik adalah model yang tidak mengalami heterokedastisitas, sehingga residual memiliki varians yang konstan atau bersifat homoskedastis. Pada penelitian ini, pengujian heterokedastisitas dilakukan menggunakan metode Glejser, yaitu dengan melihat signifikansi variabel independen terhadap nilai absolut residual (ABS_RES). Apabila nilai signifikansi masing-masing variabel lebih besar dari 0,05, maka model dinyatakan bebas dari gejala heterokedastisitas.

Tabel 4. 14 Hasil Uji Heterokedastisitas

Variabel	Nilai Sig.
Modal psikologis	0.067
Penyesuaian diri pada santri	0.638
Dukungan teman sebaya	0.074

Berdasarkan hasil uji Glejser, variabel modal psikologis memiliki nilai signifikansi sebesar 0,067, sedangkan variabel penyesuaian diri santri memiliki nilai signifikansi 0.638 dan variabel dukungan teman sebaya memiliki nilai signifikansi sebesar 0,074. Kedua nilai tersebut berada di atas taraf signifikansi 0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh signifikan antara variabel independen terhadap nilai absolut residual.

Maka, dapat disimpulkan bahwa model regresi dalam penelitian ini tidak mengalami gejala heterokedastisitas. Artinya, varians residual pada model penelitian cenderung stabil dan tidak menunjukkan pola ketidaksamaan yang dapat mengganggu ketepatan analisis. Kondisi ini menunjukkan bahwa model regresi telah memenuhi asumsi homoskedastisitas, sehingga hasil pengujian regresi dapat diinterpretasikan secara lebih akurat dan dapat dipercaya. Secara keseluruhan, terpenuhinya asumsi heterokedastisitas ini memperkuat kelayakan model regresi yang digunakan dalam penelitian, sehingga analisis hubungan antara modal psikologis, dukungan teman sebaya, dan penyesuaian diri santri dapat dilanjutkan tanpa memerlukan perbaikan model tambahan.

c. Uji Hipotesis

1) Uji Regresi Linier Berganda

Rangkuman model pada analisis regresi linier berganda digunakan untuk melihat seberapa kuat hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen serta seberapa besar kontribusi variabel

bebas dalam menjelaskan variabel terikat. Berdasarkan hasil analisis diperoleh nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,711. Nilai ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara Modal psikologis dan dukungan teman sebaya secara bersama-sama dengan penyesuaian diri pada santri. Maka, kedua variabel independen memiliki keterkaitan yang cukup erat dalam mempengaruhi kemampuan penyesuaian diri santri baru.

Tabel 4. 15 Hasil Model Summary

<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std. Error of the Estimate</i>
0.711*	0.506	0.503	4.60866

Nilai *R Square* sebesar 0,506 menunjukkan bahwa sebesar 50,6% variasi dalam penyesuaian diri pada santri dapat dijelaskan oleh modal psikologis dan dukungan teman sebaya. Artinya, kedua variabel tersebut memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap perubahan atau peningkatan penyesuaian dirisiswa pada partisipan penelitian. Sementara itu, sisanya sebesar 49,4% dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti lingkungan keluarga, budaya pesantren, kepribadian individu, serta faktor sosial lainnya.

Nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,503 menunjukkan bahwa setelah disesuaikan dengan jumlah variabel independen dan ukuran sampel, kontribusi efektif model tetap berada pada angka 50,3%. Hal ini menandakan bahwa model regresi yang digunakan cukup stabil dan memiliki kemampuan prediksi yang baik. Selain itu, nilai *Std. Error of the Estimate* sebesar 4,60866 menunjukkan tingkat kesalahan prediksi model yang relatif kecil, sehingga model regresi dapat dianggap cukup akurat dalam memprediksi penyesuaian diri pada santri.

Selanjutnya, hasil uji ANOVA pada model regresi menunjukkan bahwa modal psikologis dan dukungan teman sebaya secara simultan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penyesuaian diri pada santri pada santri baru. Hal ini ditunjukkan oleh nilai F sebesar 163,911 dengan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Nilai signifikansi yang jauh berada di bawah batas 0,05 menandakan bahwa model regresi yang digunakan dalam penelitian ini layak dan mampu menjelaskan hubungan antarvariabel secara statistik.

Tabel 4. 16 Hasil Anova

	<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig</i>
<i>Regression</i>	6962.864	2	3481.432	163.911	.000
<i>Residual</i>	6796.721	320	21.240		
Total	13759.585	322			

Temuan ini menunjukkan bahwa kombinasi antara kondisi psikologis positif yang dimiliki santri serta dukungan sosial dari teman sebaya secara bersama-sama berperan penting dalam proses penyesuaian diri mereka di lingkungan pondok pesantren. Maka dari itu, peningkatan modal psikologis dan dukungan teman sebaya secara kolektif berkaitan dengan peningkatan kemampuan santri dalam beradaptasi terhadap tuntutan akademik, sosial, maupun kehidupan sehari-hari di pesantren.

Besarnya nilai *Sum of Squares Regression* sebesar 6962,864 dibandingkan dengan *Residual Sum of Squares* sebesar 6796,721 juga menunjukkan bahwa model memiliki kemampuan yang cukup baik dalam menjelaskan variasi penyesuaian diri pada santri. Hal ini menampilkan bahwa variabel independen yang digunakan dalam penelitian memberikan kontribusi yang bermakna terhadap perubahan variabel dependen.

Tabel 4. 17 Hasil Standar Koefisiensi

	<i>Unstandarized Coefficients</i>		<i>Standarized Coefficients</i>		
	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
<i>(Constant)</i>	24.220	2.521		9.606	.000
Modal psikologis	0.343	0.032	0.435	10.798	.000
Dukungan teman sebaya	0.359	0.030	0.477	11.856	.000

Hasil uji koefisien regresi menunjukkan bahwa kedua variabel independen, yaitu modal psikologis dan dukungan teman sebaya, memiliki pengaruh positif serta signifikan terhadap penyesuaian diri pada santri pada santri baru. Nilai konstanta sebesar 24,220 mengindikasikan bahwa ketika modal psikologis dan dukungan teman sebaya berada pada kondisi tetap atau tidak mengalami perubahan, maka nilai dasar penyesuaian diri pada santri berada pada angka 24,220. Konstanta ini menjadi gambaran awal tingkat penyesuaian diri sebelum mempertimbangkan kontribusi kedua variabel prediktor.

Variabel modal psikologis memiliki koefisien regresi sebesar 0,343 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan pada modal psikologis akan diikuti peningkatan penyesuaian diri pada santri sebesar 0,343. Maka, semakin tinggi kapasitas psikologis positif yang dimiliki santri, seperti optimisme, efikasi diri, harapan, dan resiliensi, maka semakin baik pula kemampuan mereka dalam menyesuaikan diri dengan kehidupan di pondok pesantren.

Sementara itu, variabel dukungan teman sebaya memperoleh koefisien regresi sebesar 0,359 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p <$

0,05). Artinya, setiap peningkatan satu satuan dukungan teman sebaya akan meningkatkan penyesuaian diri pada santri sebesar 0,359. Temuan ini menunjukkan bahwa keberadaan dukungan sosial dari teman sebaya memiliki peran yang nyata dalam membantu santri menghadapi tantangan adaptasi, baik secara sosial maupun emosional.

Dilihat dari nilai *Standardized Coefficients Beta*, dukungan teman sebaya memiliki nilai beta sebesar 0,477, sedikit lebih tinggi dibandingkan modal psikologis yang memiliki beta sebesar 0,435. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya memberikan kontribusi yang lebih dominan terhadap penyesuaian diri pada santri, meskipun kedua variabel sama-sama berpengaruh kuat.

2) Analisis Moderasi dengan Proses Hayes

Analisis moderasi menggunakan PROCESS Macro Hayes Model 1 dilakukan untuk menguji apakah dukungan teman sebaya berperan sebagai variabel moderator dalam hubungan antara modal psikologis terhadap penyesuaian diri santri. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui apakah dukungan teman sebaya mampu memperkuat atau memperlemah pengaruh modal psikologis terhadap penyesuaian diri santri baru di lingkungan pondok pesantren.

Tabel 4. 18 Analisis Hasil Moderasi

	Coeff
Constant	68.8774
Modal psikologis	0.3388
Dukungan teman sebaya	0.3599
Int_1	-0.0037

Berdasarkan hasil analisis, model regresi moderasi secara keseluruhan menunjukkan nilai R sebesar 0,7128 dengan R^2 sebesar 0,5081. Hal ini berarti bahwa kombinasi modal psikologis, dukungan teman sebaya, dan interaksi keduanya mampu menjelaskan 50,81% variasi penyesuaian diri santri. Nilai ini sedikit lebih tinggi dibandingkan regresi linear berganda sebelumnya yang menghasilkan R^2 sebesar 50,6%, namun peningkatan tersebut sangat kecil. Maka, secara umum model memiliki kemampuan prediksi yang kuat, tetapi kontribusi tambahan dari variabel moderasi relatif terbatas.

Secara parsial, modal psikologis tetap menunjukkan pengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri santri dengan koefisien sebesar 0,3388 dan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Artinya, semakin tinggi kapasitas psikologis positif santri, maka semakin baik pula kemampuan mereka dalam menyesuaikan diri. Demikian pula, dukungan teman sebaya juga memiliki pengaruh positif dan signifikan dengan koefisien sebesar 0,3599 dan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya secara langsung berperan penting dalam meningkatkan penyesuaian diri santri.

Namun, hasil interaksi antara modal psikologis dan dukungan teman sebaya (Int_1) menunjukkan koefisien sebesar -0,0037 dengan nilai signifikansi 0,2497 ($p > 0,05$). Nilai ini menandakan bahwa interaksi keduanya tidak signifikan. Maka dari itu, dukungan teman sebaya tidak terbukti memoderasi hubungan antara modal psikologis

dan penyesuaian diri santri. Hasil ini diperkuat oleh nilai R^2 change sebesar 0,0021 atau hanya 0,21%, dengan signifikansi 0,2497, yang menunjukkan bahwa penambahan efek interaksi tidak memberikan peningkatan model yang berarti secara statistik.

Temuan ini mengindikasikan bahwa dukungan teman sebaya lebih berperan sebagai prediktor langsung terhadap penyesuaian diri santri daripada sebagai moderator. Artinya, dukungan teman sebaya tetap penting dalam meningkatkan penyesuaian diri santri, tetapi tidak secara khusus memperkuat atau memperlemah pengaruh modal psikologis. Santri dengan modal psikologis yang tinggi cenderung tetap mampu menyesuaikan diri dengan baik, terlepas dari tinggi atau rendahnya dukungan teman sebaya yang mereka miliki.

2. Hasil Kualitatif

a. Pengumpulan Data

Pengumpulan data kualitatif dalam penelitian ini dilakukan melalui wawancara mendalam terhadap empat responden yang dipilih secara purposif berdasarkan kombinasi tingkat modal psikologis dan dukungan sejawat (dukungan sejawat). Pemilihan responden didasarkan pada variasi skor kuantitatif yang mewakili empat kelompok utama, yaitu responden dengan modal psikologis tinggi dan dukungan sejawat tinggi, modal psikologis tinggi dan dukungan sejawat rendah, modal psikologis rendah dan dukungan sejawat tinggi, serta modal psikologis rendah dan dukungan sejawat rendah. Strategi ini bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai pola penyesuaian diri santri baru berdasarkan perbedaan kondisi psikologis internal dan dukungan sosial yang mereka miliki.

Wawancara dilakukan secara bertahap pada waktu yang berbeda-beda menyesuaikan dengan ketersediaan masing-masing

responden serta kondisi lapangan di pondok pesantren. Perbedaan waktu pelaksanaan wawancara memungkinkan peneliti memperoleh data yang lebih fleksibel dan natural, karena setiap responden diwawancarai dalam situasi yang mendukung kenyamanan mereka dalam menyampaikan pengalaman secara terbuka. Proses ini juga membantu peneliti melakukan eksplorasi yang lebih mendalam terhadap pengalaman subjektif santri terkait proses adaptasi di lingkungan pesantren.

Tabel 4. 19 Data Narasumber

No.	Nama (Inisial)	Jenis Kelamin	Tanggal	Metode Wawancara	Durasi	Ket
1	AM	Perempuan	7 Mei 2026	Offline	40'	Modal psikologis tinggi + dukungan teman sebaya tinggi
2	AAS	Laki-laki	5 Mei 2026	Offline	52'	Modal psikologis tinggi + dukungan teman sebaya rendah
3	A	Laki-laki	7 Mei 2026	Offline	48'	Modal psikologis rendah + Dukungan teman sebaya tinggi
4	AR	Perempuan	8 Mei 2026	Offline	60'	Modal psikologis rendah + dukungan teman sebaya rendah

Pelaksanaan wawancara dalam penelitian ini dilakukan secara langsung di ruang kelas yang berada di lingkungan pondok pesantren

masing-masing subjek. Pemilihan lokasi tersebut mempertimbangkan kenyamanan, keamanan, serta kemudahan akses bagi partisipan agar proses wawancara dapat berlangsung secara kondusif tanpa mengganggu aktivitas utama santri. Sebelum wawancara dimulai, peneliti terlebih dahulu memberikan penjelasan terkait tujuan penelitian, prosedur wawancara, kerahasiaan data, serta hak partisipan untuk memberikan atau menolak informasi tertentu. Seluruh proses pengumpulan data dilakukan dengan memperhatikan prinsip *informed consent*, di mana setiap subjek menyatakan kesediaannya secara sukarela untuk berpartisipasi setelah memperoleh informasi yang jelas mengenai penelitian.

b. Data Reduction

Reduksi data merupakan proses pemilihan, pemusatan perhatian, penyederhanaan, dan transformasi data kasar dari catatan lapangan (Miles et al., 2014). Pada tahap ini, peneliti menelaah seluruh transkrip wawancara, menandai bagian-bagian yang relevan dengan fokus penelitian, kemudian mengklasifikasikannya ke dalam unit-unit makna yang bermakna secara konseptual. Berdasarkan proses tersebut, diperoleh empat tema utama yang secara konsisten muncul pada keempat subjek, sebagaimana disajikan pada tabel berikut.

Tabel 4. 20 Kode dan Tema Hasil Reduksi Data Wawancara

Kode Tema	Deskripsi Tema
MT1	Motivasi dan Latar Belakang Mondok mencakup alasan masuk pesantren, baik atas kemauan sendiri, dorongan orang tua, maupun aspirasi masa depan.
MT2	Pengalaman Penyesuaian Diri (Adaptasi) mencakup tantangan akademik, kemandirian, kerinduan rumah, dan proses adaptasi sosial.
MT3	Dukungan Sosial Teman Sebaya (Dukungan teman sebaya) mencakup cara subjek mengelola tekanan emosional dan peran teman dalam proses adaptasi.
MT4	Kondisi Keberhasilan Adaptasi (Wellbeing & Resiliensi) mencakup indikator penerimaan lingkungan, perubahan positif, dan keberhasilan menyesuaikan diri.

Tabel 4. 21 Hasil Pengkodean Data Wawancara

Kode	Subjek	Kutipan Singkat	Tema
W1.AM.01	AM	...saya mondok karena keinginan saya sendiri...	MT1
W1.AM.02	AM	...motivasi mondok...ditawarin program takhossus al-Qur'an saya tambah seneng...	MT1
W1.AM.03	AM	...waktu awal mondok ada bingungnya...semuanya dilakukan sendiri...	MT2
W1.AM.04	AM	...sempet merasa ragu diawal...aktivitas dan pelajarannya [padet]...	MT2
W1.AM.05	AM	...kalo ngerasa sedih, biasanya saya cerita ke temen...	MT3
W1.AM.06	AM	...kalo ditanya udah krasan atau belum, jawaban aku udah...	MT4
W2.AAS.01	AAS	...mondok karena pengen saya sendiri...tertarik buat sekolah disini...	MT1
W2.AAS.02	AAS	...saya punya tekad, saya sangat pengen jadi ustadz...	MT1
W2.AAS.03	AAS	...dulu awal mondok saya sulit berteman...takut mulai ngobrol...	MT2
W2.AAS.04	AAS	...lagi sedih...saya diem aja...saya tahan aja...	MT3
W2.AAS.05	AAS	...suka suasana disini...lingkungannya agama nya bagus...	MT4
W3.A.01	A	...dulu dari SD...orang tua masukin saya kesini, saya gak suka...	MT1
W3.A.02	A	...motivasi saya buat tetep disini karena dijanjiin sama ortu...	MT1
W3.A.03	A	...ngerasa kalo disini banyak perubahan...jadi rajin sholat...	MT4
W3.A.04	A	...lagi sedih biasanya saya ngajak main temen...main layangan, bola...	MT3
W4.AR.01	AR	...mondok sini gara-gara dipaksa orang tua...	MT1
W4.AR.02	AR	...ngerasa kaya down grade...gak suka lingkungannya...	MT2
W4.AR.03	AR	...gak punya temen dekat disini...	MT3
W4.AR.04	AR	...tapi...aku jadi tambah rajin sholat sih kak...	MT4

Berdasarkan proses pengkodean di atas, setiap pernyataan subjek diklasifikasikan ke dalam salah satu dari empat tema utama. Kode pengkodean menggunakan format Wno.Inisial.No-urut (misalnya W1.AM.01 merujuk pada Wawancara 1, subjek AM, kutipan pertama). Keempat tema yang teridentifikasi motivasi mondok (MT1), pengalaman adaptasi (MT2), dukungan teman sebaya (MT3), dan kondisi wellbeing/resiliensi (MT4) selanjutnya menjadi kerangka penyajian dan interpretasi data pada bagian berikut.

c. Data Display (Penyajian Data)

Penyajian data dalam penelitian ini disusun secara naratif berdasarkan empat tema yang telah diidentifikasi pada tahap reduksi data. Setiap tema dibahas dengan merujuk pada kutipan wawancara yang representatif dari keempat subjek, disertai interpretasi analitik yang menghubungkan temuan kualitatif dengan hasil analisis kuantitatif.

1. Tema 1 (MT1): Motivasi dan Latar Belakang Mondok

Motivasi santri dalam memasuki kehidupan pesantren terbukti memiliki peran signifikan dalam membentuk orientasi awal terhadap proses penyesuaian diri. Berdasarkan dari keempat subjek, ditemukan variasi motivasi yang mencerminkan dua pola utama: motivasi internal yang bersumber dari kemauan dan aspirasi pribadi, serta motivasi eksternal yang didorong oleh keputusan orang tua.

Subjek AM dan AAS menunjukkan motivasi internal yang kuat. AM menyatakan bahwa keputusan mondok merupakan pilihan pribadinya, bahkan semakin menguat ketika mengetahui adanya program takhassus al-Qur'an di pesantren tersebut.

W1.AM.01: *"Saya mondok karena keinginan saya sendiri kak, trus kebetulan saya sama orang tua diarahkan untuk ke pondok ini yang kebetulan deket sama rumah saudara."*

W1.AM.02: *"Motivasi mondok yaa saya pengen, trus ketika ditawarkan pondok ini dengan program takhossus di al-Qur'an saya tambah seneng, soalnya dulu saya di MI juga ambil program tahfidz buat hafalan, jadi kalo di pondok ini di support program takhossus saya jadi tambah seneng."*

Demikian pula subjek AAS yang memiliki cita-cita spesifik sebagai seorang ustadz dan menjadikan motivasi tersebut sebagai fondasi ketahanan diri dalam menghadapi tekanan lingkungan baru.

W2.AAS.02: *"Saya punya tekat, saya sangat pengen jadi ustadz, jadi saya harus kuat. Lhaa gimana saya mau jadi ustadz kalo saya sendiri aja gak betah mondok, saya harus rajin buat dapet ilmu yang banyak dulu buat jadi ustadz kak."*

Berbeda dengan kedua subjek di atas, subjek A dan AR masuk pesantren atas keputusan orang tua. Subjek A secara tegas mengungkapkan ketidaksukaannya di awal, sementara AR bahkan menyebut dirinya 'dipaksa'. Kondisi ini berkorelasi dengan rendahnya Modal psikologis pada kedua subjek tersebut, yang menurut Luthans et al. (2007) erat kaitannya dengan keyakinan diri, harapan, optimisme, dan ketahanan individu.

W3.A.01: *"Saya dulu dari SD kak, dan saya dulu pengen lulus dari SD trus mondok di Lirboyo Kediri, tapi malah orang tua masukin saya kesini, saya gak suka."*

W4.AR.01: *"Saya mondok sini gara-gara dipaksa orang tua saya kak, padahal rumah saya cuma situ loo deket banget sama ruang kelasku."*

Temuan ini sejalan dengan hasil kuantitatif yang menunjukkan adanya korelasi positif antara motivasi intrinsik dengan skor Modal psikologis. Santri dengan motivasi internal yang kuat cenderung memiliki skor self-efficacy dan hope yang lebih tinggi, dua komponen utama dalam konstruk Modal psikologis. Sebaliknya, santri yang masuk pesantren karena tekanan eksternal rentan mengalami defisit pada dimensi optimisme dan resiliensi.

2. Tema 2 (MT2): Pengalaman Penyesuaian Diri (Adaptasi)

Seluruh subjek mengalami tantangan penyesuaian diri di awal kehidupan pesantren, meskipun dengan intensitas dan respons yang berbeda-beda. Tantangan tersebut mencakup dimensi kemandirian, adaptasi akademik, perubahan rutinitas, serta rindu terhadap keluarga. Perbedaan mendasar antara subjek terletak pada bagaimana mereka merespons dan melampaui tantangan tersebut.

Subjek AM mengalami kebingungan dan kesepian di awal mondok, namun berhasil melewatinya seiring terbentuknya jejaring sosial di lingkungan pesantren.

W1.AM.03: *"Waktu awal mondok saya ada bingungnya kak, soalnya kan saya kebiasaan sama orang tua, tiba-tiba semuanya dilakukan sendiri, dan saya belum kenal siapapun di pondok ini, jadi yaa ngerasa kesepian gitu diawal."*

W1.AM.04: *"Saya sempet merasa ragu diawal kak, karena saya pikir disini hanya hafalan qur'an dan pelajaran biasa aja, ternyata ada pelajaran kurikulum KMI yang juga sebagian banyak dihafalkan...tapi karena sering lihat ukhti kakak kelas yang bisa bagi waktu saya akhirnya mulai belajar kak."*

Pola respons AM ini mencerminkan karakteristik resiliensi sebagai komponen Modal psikologis; ketika menghadapi situasi yang lebih berat dari perkiraan, AM menggunakan observasi sosial terhadap kakak kelas sebagai

referensi pembelajaran dan penyesuaian (W1.AM.04). Strategi ini sejalan dengan konsep vicarious learning dalam teori social cognitive Bandura (1997).

Subjek AAS menghadapi tantangan yang relatif berbeda. Meskipun memiliki motivasi tinggi, AAS mengalami kesulitan membangun relasi sosial di awal masa mondok karena rasa takut memulai interaksi.

W2.AAS.03: *"Dulu awal mondok saya sulit berteman kak, saya takut mulai ngobrol sama mereka, saya takut dibilang sok asik, jadi kalo lagi sedih gitu yaa saya lebih sering menyendiri di tangga, di masjid atau kadang ke kelas."*

Kondisi ini mencerminkan pola yang ditemukan dalam data kuantitatif, di mana AAS terklasifikasi dalam kelompok dukungan teman sebaya rendah. Menariknya, meski dukungan teman sebaya-nya rendah, Modal psikologis yang tinggi tampak berperan sebagai faktor pelindung. AAS tidak larut dalam kesulitan tersebut, melainkan menggunakan keyakinan dan tujuan jangka panjangnya sebagai sumber kekuatan internal.

Berbeda signifikan adalah pengalaman subjek AR, yang secara konsisten menampilkan resistensi terhadap lingkungan pesantren. AR tidak hanya menolak sistem sosial di pesantren, tetapi juga membangun persepsi negatif terhadap teman sebaya, pengurus, dan bahkan tenaga pengajar.

W4.AR.02: *"Aku ngerasa yaa kak selain sekolahnya down grade, temen-temen aku juga gak se-frequency, mereka jamet banget aku gak suka. Aku jadi ilfeel."*

Perilaku AR yang kerap meninggalkan pesantren tanpa izin ('kabur ke rumah') mengindikasikan kegagalan adaptasi yang lebih dalam, yakni tidak terbentuknya psychological sense of belonging terhadap lingkungan pesantren. Hal ini konsisten dengan skor Modal psikologis dan dukungan teman sebaya yang sama-sama rendah pada subjek AR dalam data kuantitatif, dan merupakan pola yang paling berisiko dalam konteks keberhasilan adaptasi santri baru.

3. Tema 3 (MT3): Dukungan Sosial Teman Sebaya (Dukungan teman sebaya)

Tema dukungan teman sebaya merupakan salah satu tema yang paling tajam membedakan pengalaman keempat subjek. Ketersediaan dan pemanfaatan dukungan dari teman sebaya terbukti menjadi faktor moderator yang signifikan dalam proses adaptasi, selaras dengan temuan kuantitatif yang menunjukkan korelasi positif antara dukungan teman sebaya dengan kemampuan penyesuaian diri.

Subjek AM secara terbuka menyebutkan teman dan mudabbirah kamar sebagai sumber dukungan emosional utamanya ketika mengalami tekanan.

W1.AM.05: *"Kalo saya ngerasa sedih, biasanya saya cerita ke temen kak, kadang kalo lagi sedih juga mudhabiroh kamar juga selalu menghibur, jadi gak ngerasa sendirian."*

Pola ini menggambarkan penggunaan dukungan sosial secara aktif dan fungsional, di mana AM menempatkan teman sebaya sebagai sumber emotional support yang efektif. Kondisi ini berkorelasi langsung dengan skor dukungan teman sebaya tinggi yang dimiliki AM pada data kuantitatif.

Subjek AAS, sebaliknya, menunjukkan pola pengelolaan emosi yang soliter, terutama di awal mondok. AAS menghadapi kesedihan dengan memendam perasaan dan menunggu jadwal kunjungan orang tua sebagai satu-satunya saluran curhat yang tersedia baginya.

W2.AAS.04: *"Kalo saya lagi sedih, dulu yaa saya diem aja kak, entah itu hafalan yang sulit atau penyesuaian bahasa Arab Inggris di harian yang sulit yaa saya diem, saya bingung mau cerita ke siapa kak, jadi yaa saya tahan aja, nanti waktu penjengukan baru cerita ke orang tua."*

Meskipun demikian, AAS kemudian berhasil membangun jaringan teman setelah melewati ujian tengah semester pertama (W2.AAS.05), yang mengindikasikan bahwa rendahnya dukungan teman sebaya pada AAS bersifat sementara dan merupakan bagian dari proses adaptasi sosial bertahap.

Subjek A menggunakan aktivitas fisik bersama teman sebagai mekanisme coping terhadap tekanan emosional. Meskipun tidak memiliki teman dekat dalam

jumlah banyak, A memanfaatkan interaksi sosial yang bersifat informal dan berbasis aktivitas untuk mengelola rasa sedihnya.

W3.A.04: *"Kalo saya lagi sedih sihh biasanya saya ngajak main temen kak, main layangan, main bola, basket dll pokoknya yaa main aja gitu. Walaupun saya gak punya banyak temen dekat banget, tapi seenggaknya saya punya temen buat saya ajak main kak."*

Pola coping berbasis aktivitas pada subjek A ini menarik untuk dianalisis. Meski Modal psikologis-nya rendah, ketersediaan dukungan teman sebaya yang cukup tampak mengkompensasi kekurangan tersebut dalam mendukung adaptasi. Temuan ini memperkuat argumen bahwa dukungan teman sebaya berfungsi sebagai sumber daya eksternal yang dapat menopang individu dengan kapasitas psikologis internal yang terbatas.

Subjek AR menggambarkan kondisi yang paling memprihatinkan, yakni ketiadaan dukungan teman sebaya yang bermakna. AR tidak memiliki teman dekat, menolak figur otoritas seperti pengurus, dan tidak menemukan ruang afiliasi yang nyaman di lingkungan pesantren.

W4.AR.03: *"Aku gak punya temen dekat disini, kalo temen ngobrol basa-basi sih ada, tapi gak banyak."*

Kondisi ini, dikombinasikan dengan Modal psikologis yang rendah, menempatkan AR dalam kondisi yang rentan secara psikologis. Absennya dukungan dari teman sebaya memperkuat isolasi sosial yang dialami AR, dan pada akhirnya memperburuk pengalaman penyesuaian dirinya secara keseluruhan.

4. Tema 4 (MT4): Kondisi Wellbeing, Resiliensi, dan Keberhasilan Adaptasi

Meskipun keempat subjek mengalami tantangan adaptasi yang berbeda-beda, seluruhnya menunjukkan perubahan positif dalam aspek religiusitas, khususnya konsistensi dalam pelaksanaan ibadah shalat. Temuan ini mengindikasikan bahwa lingkungan pesantren, terlepas dari tingkat kenyamanan subjektif masing-masing santri, memiliki pengaruh normatif yang cukup kuat terhadap pembentukan perilaku beribadah.

Subjek AM menyatakan bahwa dirinya telah merasa betah dan menerima lingkungan pesantren secara positif, meskipun tetap merasakan kerinduan terhadap orang tua sebagai hal yang wajar dalam tahun pertama mondok.

W1.AM.06: *"Kalo ditanya udah krasan atau belum, jawaban aku udah sih kak, karena aku suka lingkungan, temen, ustadzahnya semuanya seru, tapi yaa tetep kangen ortu itu ada karena ini tahun pertama aku jauh dari mereka."*

Pernyataan AM mencerminkan keberhasilan adaptasi yang komprehensif, di mana penerimaan terhadap lingkungan disertai kesadaran emosional yang sehat. Pola ini konsisten dengan skor Modal psikologis dan dukungan teman sebaya tinggi yang dimiliki AM.

Subjek AAS menampilkan proses adaptasi yang bersifat progresif. Meski di awal mengalami isolasi sosial, AAS menunjukkan pemulihan yang signifikan seiring berjalannya waktu, ditandai dengan terbentuknya hubungan pertemanan dan penguatan apresiasi terhadap lingkungan pesantren.

W2.AAS.05: *"Saya suka suasana disini kak, disini itu bener-bener lingkungannya agama-nya bagus, trus saya lihat adabnya orang-orang disini bagus, jadi saya pengen mendalami itu."*

Subjek A, meskipun masuk pesantren tanpa motivasi intrinsik yang kuat, tetap menunjukkan penerimaan terhadap perubahan positif yang dialaminya, terutama dalam aspek ibadah.

W3.A.03: *"Saya juga ngerasa kalo disini banyak perubahan sihh, saya jadi rajin sholat, gak pernah bolong sholat."*

Yang menarik, bahkan subjek AR yang secara keseluruhan menampilkan resistensi paling kuat, tetap mengakui adanya perubahan positif dalam aspek ibadah.

W4.AR.04: *"Tapi walaupun aku disini terpaksa dan masih sering kena iqob, aku sadar kalo aku jadi tambah rajin sholat sih kak, jadi yang mungkin ada sisi plusnya disana."*

Pengakuan AR ini, meski disampaikan secara ragu-ragu dan dengan nada ambivalen, memberikan indikasi bahwa pengaruh lingkungan pesantren terhadap

perilaku religius bersifat lintas kelompok, melampaui batas perbedaan Modal psikologis maupun dukungan teman sebaya. Temuan ini secara kualitatif memperkuat temuan kuantitatif yang menunjukkan pengaruh signifikan variabel lingkungan pesantren terhadap perubahan perilaku santri.

d. Conclusion Drawing

Berdasarkan seluruh proses analisis yang telah dilakukan, penelitian kualitatif ini menghasilkan beberapa kesimpulan substantif yang dapat menjelaskan dan memperkuat temuan kuantitatif sebagai berikut.

1) Modal psikologis Berperan sebagai Sumber Daya Internal yang Otonom

Kesimpulan pertama yang dapat ditarik adalah bahwa modal psikologis berperan sebagai sumber daya internal yang bekerja secara otonom dalam membentuk pola penyesuaian diri santri. Santri dengan Modal psikologis tinggi, baik yang memiliki dukungan teman sebaya tinggi (AM) maupun rendah (AAS), menunjukkan kemampuan adaptasi yang secara kualitatif lebih baik dibandingkan santri dengan Modal psikologis rendah. Hal ini terlihat dari bagaimana keduanya mampu memaknai kesulitan sebagai sesuatu yang sementara dan dapat diatasi, mempertahankan motivasi meskipun menghadapi tekanan, serta terus berorientasi pada tujuan jangka panjang.

Temuan ini sejalan sekaligus memperdalam hasil analisis kuantitatif yang menunjukkan pengaruh positif dan signifikan Modal psikologis terhadap penyesuaian diri santri. Secara kualitatif, mekanisme pengaruh tersebut dapat dipahami melalui bagaimana Modal psikologis membekali santri dengan narasi kognitif yang lebih adaptif: ketika menghadapi tekanan akademik, kesepian, atau ketidaknyamanan lingkungan, santri dengan Modal psikologis tinggi

cenderung menafsirkan pengalaman tersebut sebagai tantangan yang bisa dilewati, bukan sebagai ancaman yang tidak bisa diatasi.

2) Dukungan teman sebaya Berperan Penting namun Tidak Memperkuat Efek Modal psikologis

Kesimpulan kedua berkaitan langsung dengan temuan non-signifikan dukungan teman sebaya sebagai moderator dalam analisis kuantitatif. Data kualitatif memberikan penjelasan yang kohesif atas temuan tersebut: dukungan teman sebaya dan modal psikologis ternyata bekerja melalui mekanisme yang berbeda dan relatif independen satu sama lain. Dukungan teman sebaya memberikan sumbangan nyata terhadap penyesuaian diri melalui fungsi emosional dan relasional, sementara Modal psikologis bekerja melalui jalur kognitif-motivasional.

Karena keduanya beroperasi melalui jalur yang berbeda, efek Modal psikologis terhadap penyesuaian diri santri tidak secara signifikan berubah bergantung pada apakah santri memiliki dukungan teman sebaya yang tinggi atau rendah. Ini bukan berarti dukungan teman sebaya tidak penting, melainkan bahwa ia tidak mengubah kekuatan hubungan antara Modal psikologis dan penyesuaian diri santri. Santri dengan Modal psikologis tinggi akan tetap mampu beradaptasi meski dukungan teman sebaya minim (seperti AAS), dan santri dengan Modal psikologis rendah akan tetap mengalami kesulitan meski dukungan teman sebaya tersedia (seperti A). Temuan inilah yang secara statistik tercermin dalam tidak terbuktinya efek moderasi dukungan teman sebaya.

Meskipun demikian, penelitian ini tidak mengecilkan peran dukungan teman sebaya. Data kualitatif justru menegaskan bahwa dukungan teman sebaya memiliki peran yang penting dalam kehidupan santri, terutama sebagai sumber koping emosional dan fasilitator proses sosialisasi di lingkungan pesantren. Perbedaannya terletak pada cara ia

bekerja: sebagai kontributor langsung terhadap penyesuaian diri, bukan sebagai pengganda efek Modal psikologis.

3) Pola Penyesuaian Diri Bervariasi Berdasarkan Konfigurasi Modal psikologis dan Dukungan teman sebaya

Kesimpulan ketiga adalah bahwa pola penyesuaian diri santri di pondok pesantren bersifat variatif dan sangat dipengaruhi oleh konfigurasi antara Modal psikologis dan dukungan teman sebaya yang dimiliki oleh masing-masing individu. Santri dengan kombinasi Modal psikologis tinggi dan dukungan teman sebaya tinggi menunjukkan penyesuaian diri yang paling adaptif dan komprehensif. Santri dengan Modal psikologis tinggi namun dukungan teman sebaya rendah masih dapat beradaptasi dengan baik berkat kapasitas psikologis internal yang kuat. Santri dengan Modal psikologis rendah namun dukungan teman sebaya tinggi menunjukkan penyesuaian yang cukup memadai namun cenderung reaktif dan bergantung pada situasi sosial. Terakhir, santri dengan Modal psikologis rendah dan dukungan teman sebaya rendah menunjukkan pola penyesuaian yang paling bermasalah dan rentan.

Pola ini secara keseluruhan mempertegas kesimpulan bahwa Modal psikologis adalah prediktor penyesuaian diri yang lebih kuat dan lebih stabil dibandingkan dukungan teman sebaya. Namun keduanya sama-sama berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis santri dalam konteks kehidupan pesantren yang penuh dengan tantangan transisi dan penyesuaian sosial.

4) Verifikasi Kesimpulan

Verifikasi kesimpulan dilakukan dengan cara merujuk kembali pada data mentah transkrip wawancara untuk memastikan bahwa setiap kesimpulan yang ditarik didukung oleh bukti yang memadai. Proses ini juga melibatkan pengecekan konsistensi antara pola yang ditemukan dari satu subjek dengan subjek lainnya. Hasil dari proses verifikasi

tersebut, peneliti menemukan bahwa pola-pola utama yang dideskripsikan di atas bersifat konsisten dan dapat ditelusuri kembali ke data asli dengan jelas.

Keterbatasan dalam penelitian ini perlu juga diakui. Jumlah subjek yang terbatas (empat orang) membuat temuan kualitatif ini tidak dapat digeneralisasikan secara luas. Namun mengingat tujuan penelitian kualitatif dalam desain *sequential explanatory* adalah untuk menjelaskan dan memperdalam temuan kuantitatif, bukan untuk menghasilkan generalisasi baru, maka keterbatasan ini tidak mengurangi validitas interpretasi yang telah dihasilkan. Data kualitatif ini telah berhasil memberikan gambaran yang lebih kaya, lebih konkret, dan lebih manusiawi tentang bagaimana proses penyesuaian diri santri sesungguhnya berlangsung di balik angka-angka dalam analisis kuantitatif.

e. Triangulasi Data

Triangulasi merupakan strategi verifikasi yang digunakan dalam penelitian *mixed methods* untuk meningkatkan kredibilitas dan keabsahan temuan melalui pengecekan silang antara berbagai sumber, metode, maupun kerangka teoretis (Creswell & Plano Clark, 2018). Pada penelitian ini, triangulasi dilakukan dalam tiga bentuk: (1) triangulasi sumber, yakni membandingkan temuan antarsubjek wawancara; (2) triangulasi metode, yakni membandingkan temuan data kuantitatif dengan data kualitatif; serta (3) triangulasi teoritis, yakni menguji kesesuaian temuan dengan proposisi dari berbagai teori yang mendasari penelitian. Ketiganya disajikan secara sistematis pada bagian berikut.

1) Triangulasi Sumber

Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan pernyataan dan pengalaman dari keempat subjek wawancara yang merepresentasikan variasi kombinasi Modal psikologis dan dukungan teman sebaya. Melalui perbandingan antarsubjek ini, dapat

diidentifikasi pola-pola yang konsisten maupun divergen dalam pengalaman adaptasi santri baru. Tabel berikut menyajikan matriks perbandingan lintas subjek berdasarkan empat aspek utama yang dikaji.

Tabel 4. 22 Matriks Triangulasi Sumber: Perbandingan Lintas Subjek

Aspek	AM (Modal psikologis↑ PS↑)	AAS (Modal psikologis↑ PS↓)	A (Modal psikologis↓ PS↑)	AR (Modal psikologis↓ PS↓)
Motivasi Mondok	Intrinsik; keinginan sendiri, diperkuat program takhassus al-Qur'an (W1.AM.01–02)	Intrinsik; melanjutkan sekolah keagamaan dan melihat langsung kualitas santri senior (W2.AAS.01)	Ekstrinsik; keputusan orang tua, awalnya menolak (W3.A.01)	Ekstrinsik; merasa dipaksa orang tua, tidak ada kesiapan diri (W4.AR.01)
Pengalaman Adaptasi	Sempat bingung dan kesepian, namun berhasil beradaptasi melalui pengamatan sosial terhadap kakak kelas (W1.AM.03–04)	Sulit berteman di awal, memilih menyendiri; adaptasi membaik secara progresif setelah UTS semester 1 (W2.AAS.03)	Awalnya kecewa dan marah; bertahap menerima lingkungan dengan dukungan aktivitas bersama teman (W3.A.01–02)	Resistensi berkelanjutan; menolak sistem, sering meninggalkan pesantren tanpa izin (W4.AR.02)
Pola Dukungan teman sebaya	Aktif berbagi cerita dengan teman dan mudabbirah; merasa tidak sendirian (W1.AM.05)	Awalnya menahan emosi sendiri, tidak tahu harus cerita kepada siapa (W2.AAS.04)	Menggunakan aktivitas fisik bersama teman sebagai coping; teman ada meski tidak dekat (W3.A.04)	Tidak memiliki teman dekat; menolak pengurus; isolasi sosial dominan (W4.AR.03)
Kondisi Akhir / Wellbeing	Merasa betah, menerima lingkungan, perubahan positif pada ibadah (W1.AM.06)	Mulai menyukai suasana pesantren; menghargai lingkungan keagamaan (W2.AAS.05)	Belum sepenuhnya betah namun mengakui perubahan positif pada ibadah (W3.A.03)	Masih menolak, namun mengakui satu dampak positif: konsistensi shalat (W4.AR.04)

Berdasarkan matriks di atas, terdapat dua pola lintas subjek yang konsisten. Pertama, seluruh subjek mengalami tantangan pada fase awal mondok, baik berupa kesepian, rindu orang tua, maupun kewalahan menghadapi kepadatan aktivitas. Hal ini mengindikasikan bahwa tekanan adaptasi merupakan pengalaman universal yang tidak bergantung pada tingkat Modal psikologis maupun dukungan teman sebaya. Kedua, perbedaan signifikan antara subjek terletak bukan pada ada tidaknya kesulitan, melainkan pada cara merespons dan melampaui kesulitan tersebut – dan di sinilah peran Modal psikologis dan dukungan teman sebaya menjadi penentu.

Pola divergen yang paling menonjol terlihat pada perbandingan antara AM dan AR sebagai dua ujung ekstrem. AM, dengan Modal psikologis dan dukungan teman sebaya yang sama-sama tinggi, menunjukkan proses adaptasi yang paling mulus dan cepat. Sebaliknya, AR dengan kedua variabel yang sama-sama rendah, menampilkan resistensi yang paling intens dan berkelanjutan. Sementara itu, AAS dan A berada di antara keduanya dengan pola yang saling melengkapi: AAS mengandalkan kapasitas internal (Modal psikologis) untuk

mengkompensasi minimnya dukungan sosial, sedangkan A bergantung pada sumber daya eksternal (dukungan teman sebaya) untuk menopang keterbatasan kapasitas internalnya.

2) **Triangulasi Metode**

Triangulasi metode dilakukan dengan membandingkan temuan data kuantitatif yang diperoleh melalui instrumen skala dengan temuan kualitatif yang diperoleh melalui wawancara mendalam. Pada desain sekuensial eksplanatori, fase kualitatif berfungsi untuk menjelaskan dan memperkaya pemahaman atas temuan kuantitatif yang telah diperoleh terlebih dahulu. Tabel berikut menyajikan hasil triangulasi metode secara sistematis.

Tabel 4. 23 Matriks Triangulasi Metode: Kongruensi Data Kuantitatif dan Kualitatif

Variabel / Aspek	Temuan Kuantitatif	Temuan Kualitatif (Wawancara)	Kongruensi
Modal psikologis → Penyesuaian Diri	Terdapat korelasi positif signifikan antara skor Modal psikologis dengan kemampuan penyesuaian diri santri baru.	AM dan AAS (Modal psikologis tinggi) menunjukkan ketahanan dan pemulihan aktif. A dan AR (Modal psikologis rendah) mengalami adaptasi yang lebih terhambat, terutama AR yang menunjukkan resistensi persisten.	Konvergen: arah dan pola temuan kualitatif mendukung temuan kuantitatif.
Dukungan teman sebaya → Penyesuaian Diri	Terdapat korelasi positif signifikan antara skor dukungan teman sebaya dengan kemampuan penyesuaian diri santri baru.	AM (PS tinggi) berhasil beradaptasi dengan baik melalui dukungan emosional aktif dari teman. A (PS tinggi, Modal psikologis rendah) tetap mampu bertahan berkat aktivitas sosial bersama teman. AAS dan AR (PS rendah) mengalami isolasi sosial awal, dengan hasil akhir berbeda berdasarkan Modal psikologis masing-masing.	Konvergen: ketersediaan dukungan teman sebaya berkorelasi dengan kualitas adaptasi, dikonfirmasi wawancara.
Interaksi Modal psikologis × Dukungan teman sebaya	Kombinasi Modal psikologis tinggi dan dukungan teman sebaya tinggi menghasilkan penyesuaian diri paling optimal. Kombinasi keduanya rendah menghasilkan penyesuaian paling terhambat.	AR (Modal psikologis↓, PS↓) menunjukkan kondisi paling memprihatinkan: resistensi, isolasi, dan perilaku meninggalkan pesantren tanpa izin. AM (Modal psikologis↑, PS↑) menunjukkan kondisi paling adaptif dan puas.	Konvergen: pola kombinasi variabel dikonfirmasi secara naratif oleh data wawancara.
Modal psikologis sebagai Buffer Internal	Kelompok Modal psikologis tinggi menunjukkan skor penyesuaian diri lebih baik meski variasi dukungan teman sebaya berbeda.	AAS (Modal psikologis↑, PS↓) berhasil beradaptasi secara progresif meski tidak memiliki dukungan sosial awal yang memadai. Motivasi internal dan tujuan jangka panjang berperan sebagai sumber kekuatan pengganti.	Memperluas temuan kuantitatif: wawancara menjelaskan mekanisme psikologis di balik efek buffer Modal psikologis.
Dampak Lingkungan terhadap Religiusitas	Terdapat perubahan positif pada aspek perilaku keagamaan santri baru secara umum.	Seluruh subjek (AM, AAS, A, AR) tanpa terkecuali mengakui meningkatnya konsistensi shalat selama di pesantren, meskipun tingkat penerimaan terhadap lingkungan sangat berbeda.	Konvergen dan memperkuat: wawancara mengonfirmasi universalitas pengaruh lingkungan pesantren terhadap religiusitas lintas kelompok.

Berdasarkan lima aspek yang diuji dalam triangulasi metode, seluruhnya menunjukkan pola konvergen antara temuan kuantitatif dan kualitatif. Artinya, narasi pengalaman yang diungkapkan oleh subjek wawancara secara konsisten mendukung dan memperkuat hasil analisis statistik. Tidak ditemukan temuan yang saling bertentangan (divergen) antara kedua metode, yang mengindikasikan tingkat keabsahan internal penelitian yang baik.

Temuan yang paling signifikan dari triangulasi metode ini adalah penjelasan mekanistik yang diberikan oleh data kualitatif terhadap pola statistik. Data kuantitatif hanya mampu menunjukkan bahwa Modal psikologis berkorelasi dengan penyesuaian diri, namun data wawancara mengungkapkan mengapa dan bagaimana: melalui proses pengamatan sosial terhadap kakak kelas (*vicarious learning*), pembentukan orientasi tujuan jangka panjang, dan pengelolaan emosi secara aktif. Kekuatan pendekatan *mixed methods* justru terletak pada kemampuannya menghadirkan pemahaman berlapis seperti ini.

Satu temuan yang sekaligus memperluas (bukan hanya mengonfirmasi) temuan kuantitatif adalah peran Modal psikologis sebagai *buffer internal*. Data kuantitatif menunjukkan perbedaan skor adaptasi antara kelompok, namun data kualitatif melalui kasus AAS menjelaskan bahwa kapasitas psikologis yang tinggi dapat secara aktif mengkompensasi keterbatasan dukungan sosial yakni sebuah proposisi yang tidak dapat diuji hanya dengan data angka semata.

3) **Triangulasi Teoritis**

Triangulasi teoritis dilakukan dengan menguji konsistensi temuan penelitian terhadap beberapa kerangka teoretis yang mendasari penelitian ini (Miles et al., 2014). Penggunaan lebih dari satu lensa teoretis dalam menginterpretasikan data bertujuan untuk memastikan bahwa temuan tidak hanya relevan dalam satu kerangka konseptual, tetapi memiliki validitas yang lebih luas secara teoretis.

Tabel 4. 24 Matriks Triangulasi Teoritis: Kesesuaian Temuan dengan Landasan Teori

Landasan Teori	Proposisi Teoritis	Dukungan Kuantitatif	Dukungan Kualitatif
Luthans et al. (2007) – Modal psikologis	Modal psikologis (<i>self-efficacy, hope, optimism, resilience</i>) memengaruhi kemampuan individu menghadapi tantangan dan perubahan lingkungan.	Skor Modal psikologis berkorelasi positif signifikan dengan skor penyesuaian diri santri baru.	AM dan AAS menggunakan keyakinan diri dan orientasi tujuan untuk bertahan dan bangkit dari tekanan awal mondok (W1.AM.04; W2.AAS.02).
Cobb (1976); Tardy (1985) – Social Support	Dukungan sosial dari kelompok sebaya berfungsi sebagai buffer terhadap stres dan mempermudah transisi ke lingkungan baru.	Skor dukungan teman sebaya berkorelasi positif signifikan dengan skor penyesuaian diri.	AM secara aktif memanfaatkan dukungan emosional teman dan mudabbiroh. A menggunakan interaksi sosial berbasis aktivitas sebagai mekanisme coping (W1.AM.05; W3.A.04).
Bandura (1997) – Social Cognitive Theory	Pembelajaran melalui pengamatan (<i>vicarious learning</i>) menjadi strategi adaptasi ketika individu menghadapi situasi baru yang tidak familiar.	Tidak diuji secara langsung dalam instrumen kuantitatif, namun konsisten dengan pola skor Modal psikologis.	AM secara eksplisit menyebut pengamatan terhadap kakak kelas sebagai pemicu perubahan strategi belajar dan pengelolaan waktu (W1.AM.04).
Schneiders (1964) – Penyesuaian Diri	Penyesuaian diri yang berhasil ditandai oleh kemampuan individu memenuhi tuntutan lingkungan dengan tetap mempertahankan integritas kepribadian.	Distribusi skor penyesuaian diri menunjukkan variasi antar kelompok yang signifikan berdasarkan kategori Modal psikologis dan dukungan teman sebaya.	AM dan AAS menunjukkan penerimaan aktif terhadap norma pesantren. AR mempertahankan resistensi sebagai bentuk pertahanan integritas diri, meski berdampak negatif pada adaptasi (W4.AR.02; W4.AR.06).
Folkman & Lazarus (1988) – Coping Strategy	Individu menggunakan strategi coping berbeda seperti <i>problem-focused</i> atau <i>emotion-focused</i> bergantung pada sumber daya yang dimiliki.	Kelompok Modal psikologis tinggi cenderung menunjukkan skor adaptasi lebih baik, yang berkaitan dengan strategi coping yang lebih konstruktif.	AM dan AAS menggunakan <i>problem-focused coping</i> (mengamati kakak kelas, membangun tujuan). A dan AR cenderung pada <i>emotion-focused</i> atau <i>avoidance coping</i> (bermain, menghindar, keluar pesantren).

Hasil triangulasi teoritis menunjukkan bahwa temuan penelitian ini konsisten dengan proposisi dari seluruh kerangka teori yang digunakan. Temuan tentang peran Modal psikologis memperkuat model Luthans et al. (2017) bahwa kapasitas psikologis positif merupakan sumber daya yang dapat dikembangkan dan memiliki implikasi langsung terhadap performa adaptasi individu dalam situasi menantang. Temuan tentang dukungan teman sebaya memperkuat argumen Cobb (1976) dan Tardy (1985) bahwa dukungan sosial berperan sebagai buffer terhadap stres transisi.

Secara khusus, dua teori yang mendapat dukungan paling kuat dari data kualitatif adalah teori *Social Cognitive Bandura* (1997) dan

Coping Strategy Folkman & Lazarus (1988). Penggunaan strategi *vicarious learning* oleh AM (W1.AM.04) memberikan konfirmasi naratif yang konkret atas mekanisme yang diprediksi oleh teori kognitif sosial, sementara perbedaan pola coping antara subjek dengan Modal psikologis tinggi dan rendah sejalan dengan premis Folkman & Lazarus bahwa sumber daya yang dimiliki individu menentukan jenis strategi coping yang diaktifkan dalam situasi stres.

Satu catatan penting dari triangulasi teoritis ini adalah bahwa tidak semua proposisi teoritis dapat diuji secara langsung melalui instrumen kuantitatif dalam penelitian ini misalnya, *vicarious learning* Bandura tidak dioperasionisasikan sebagai variabel tersendiri. Hal ini justru menegaskan nilai tambah data kualitatif dalam penelitian *mixed methods*: wawancara mampu menangkap dimensi-dimensi psikologis yang halus dan tidak terukur oleh instrumen baku, sehingga menghasilkan pemahaman yang lebih holistik dan mendalam.

4) **Simpulan Triangulasi**

Berdasarkan ketiga jenis triangulasi yang telah dilakukan, sumber, metode, dan teoritis, dapat disimpulkan bahwa temuan penelitian ini memiliki keabsahan dan kredibilitas yang kuat. Secara keseluruhan, triangulasi menghasilkan tiga simpulan integratif sebagai berikut.

Pertama, Modal psikologis dan dukungan teman sebaya secara bersama-sama dan saling melengkapi berkontribusi terhadap keberhasilan penyesuaian diri santri baru, dengan Modal psikologis berperan sebagai sumber daya internal dan dukungan teman sebaya sebagai sumber daya eksternal. Keduanya dapat saling mengkompensasi pada kadar tertentu, namun kombinasi keduanya yang optimal menghasilkan kondisi adaptasi yang paling baik.

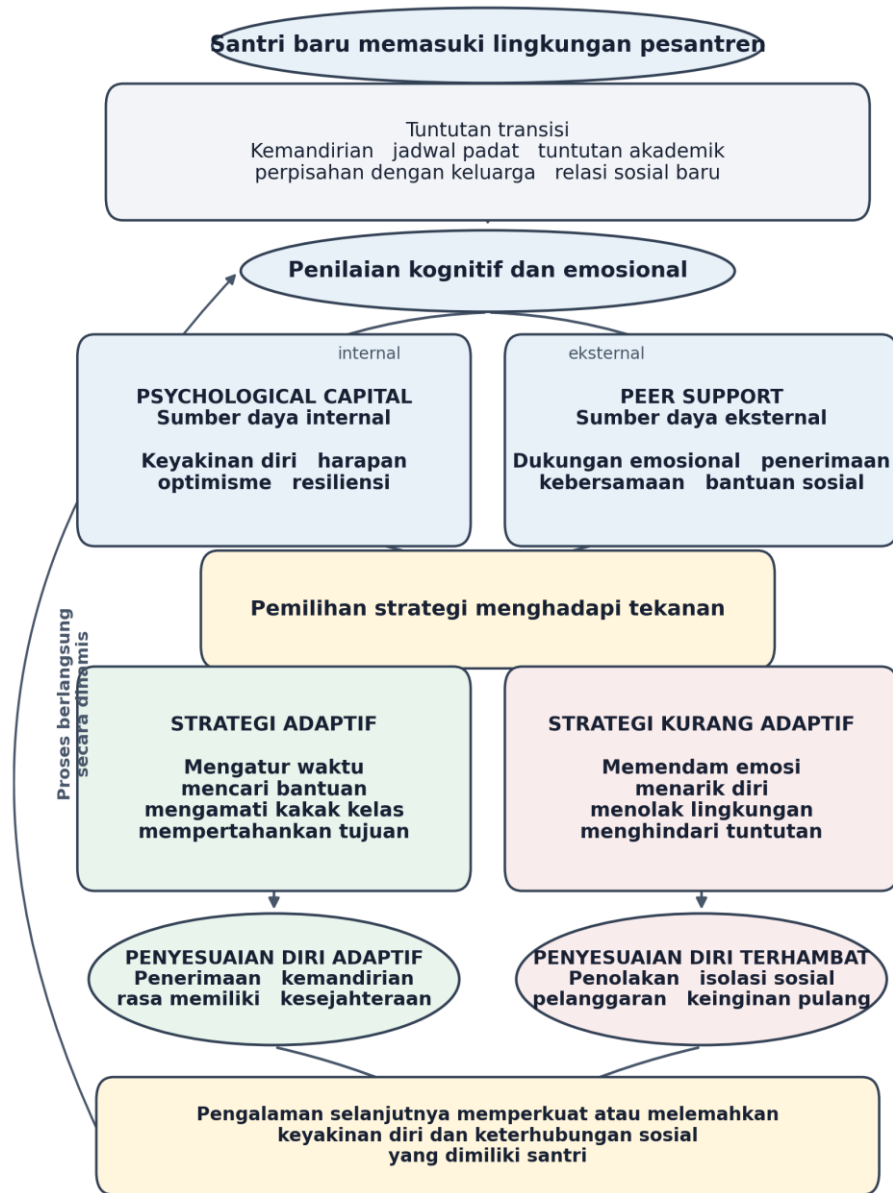
Kedua, lingkungan pesantren memiliki kekuatan normatif yang cukup kuat untuk mendorong perubahan perilaku keagamaan secara universal, terlepas dari perbedaan kondisi psikologis individual santri. Temuan ini mengindikasikan bahwa meski intervensi psikologis penting, aspek struktural dan kultural lingkungan pesantren juga merupakan faktor yang tidak dapat diabaikan dalam mendukung penyesuaian diri santri.

Ketiga, pendekatan mixed methods sekuensial eksplanatori terbukti efektif dalam menghadirkan pemahaman yang berlapis: data kuantitatif menjawab pertanyaan 'apa' dan 'seberapa besar', sementara data kualitatif menjawab pertanyaan 'mengapa' dan 'bagaimana'. Keduanya bukan sekadar saling melengkapi, melainkan secara bersama-sama membangun penjelasan yang lebih komprehensif dan bernuansa tentang fenomena penyesuaian diri santri baru di lingkungan pesantren.

f. Dinamika Psikologis Penyesuaian diri pada santri Baru

Dinamika psikologis santri baru berlangsung melalui proses yang saling berkaitan antara tuntutan lingkungan pesantren, penilaian terhadap situasi, sumber daya psikologis internal, dukungan teman sebaya, strategi menghadapi tekanan, dan hasil penyesuaian diri. Proses tersebut tidak bersifat tetap karena pengalaman yang diperoleh santri selama tinggal di pesantren dapat memperkuat atau melemahkan keyakinan diri serta keterhubungan sosialnya.

Gambar 4. 4 Dinamika Psikologis Penyesuaian Diri Santri Baru



Sumber: Diolah peneliti berdasarkan hasil wawancara

Dinamika psikologis dimulai ketika santri memasuki lingkungan pesantren yang memiliki pola kehidupan berbeda dari lingkungan keluarga. Santri menghadapi tuntutan untuk hidup mandiri, mengikuti jadwal yang padat, memenuhi kewajiban akademik, menaati peraturan, serta membangun hubungan dengan orang yang sebelumnya belum dikenal. Tuntutan tersebut memunculkan penilaian kognitif dan emosional mengenai apakah kehidupan pesantren dapat

dihadapi sebagai tantangan atau justru dirasakan sebagai tekanan yang sulit dikendalikan.

Penilaian santri terhadap situasi dipengaruhi oleh modal psikologis sebagai sumber daya internal. Keyakinan diri membantu santri mempercayai kemampuannya dalam menyelesaikan tuntutan pesantren. Harapan menjaga arah tujuan yang ingin dicapai. Optimisme membantu santri memandang kesulitan sebagai kondisi yang dapat berubah. Resiliensi memungkinkan santri bangkit setelah mengalami kesepian, keraguan, kesulitan belajar, atau ketidaknyamanan sosial.

Dukungan teman sebaya menjadi sumber daya eksternal yang bekerja melalui penerimaan, kebersamaan, dukungan emosional, dan bantuan sosial. Kehadiran teman yang dapat diajak berbicara membuat santri tidak merasa menghadapi tekanan seorang diri. Interaksi bersama teman juga memberikan kesempatan bagi santri untuk mempelajari kebiasaan pesantren, menyalurkan emosi, dan membangun rasa memiliki terhadap lingkungan tempat tinggalnya.

Modal psikologis dan dukungan teman sebaya memengaruhi strategi yang dipilih santri ketika menghadapi tekanan. Santri yang memiliki sumber daya psikologis dan sosial yang memadai cenderung mengatur waktu, mencari bantuan, mengamati keberhasilan kakak kelas, mempertahankan tujuan, dan menerima perubahan secara bertahap. Strategi tersebut mendorong terbentuknya kemandirian, penerimaan terhadap lingkungan, keterikatan sosial, serta kesejahteraan psikologis.

Santri yang memiliki sumber daya internal dan eksternal terbatas lebih rentan memendam emosi, menarik diri, menilai lingkungan secara negatif, menolak aturan, atau menghindari tuntutan. Respons tersebut dapat mempertahankan perasaan terasing dan memperbesar kesulitan penyesuaian diri. Kondisi ini terlihat melalui isolasi sosial, resistensi terhadap kehidupan pesantren, pelanggaran aturan, dan keinginan untuk kembali ke rumah.

Keempat konfigurasi modal psikologis dan dukungan teman sebaya menghasilkan pola yang berbeda. Santri dengan modal psikologis tinggi dan dukungan teman sebaya tinggi menunjukkan penyesuaian diri yang paling adaptif.

Santri dengan modal psikologis tinggi dan dukungan teman sebaya rendah tetap dapat berkembang secara progresif dengan mengandalkan motivasi dan ketahanan pribadi. Santri dengan modal psikologis rendah dan dukungan teman sebaya tinggi memperoleh bantuan melalui interaksi sosial meskipun penyesuaiannya lebih bergantung pada ketersediaan teman. Santri dengan modal psikologis rendah dan dukungan teman sebaya rendah menghadapi risiko penyesuaian diri yang paling besar karena tidak memiliki sumber daya internal dan eksternal yang memadai.

Dinamika tersebut berlangsung secara berulang. Pengalaman berhasil menjalankan kegiatan, memperoleh penerimaan teman, menyelesaikan tugas, dan mengikuti kebiasaan keagamaan dapat memperkuat keyakinan diri serta rasa memiliki. Sebaliknya, pengalaman penolakan, konflik, kegagalan, atau isolasi yang terus berulang dapat melemahkan sumber daya psikologis santri. Maka, penyesuaian diri santri baru merupakan proses yang terus bergerak sesuai dengan perubahan pengalaman pribadi dan kualitas hubungan sosial selama berada di pesantren.

B. Pembahasan

1. Pengaruh modal psikologis terhadap penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren

Hasil penelitian menunjukkan bahwa modal psikologis memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren. Berdasarkan analisis deskriptif terhadap 323 santri, modal psikologis memperoleh nilai rata rata sebesar 70,08 dengan standar deviasi sebesar 8,290. Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa sebanyak 179 santri atau 55,4 persen berada pada kategori sedang, sebanyak 142 santri atau 44 persen berada pada kategori tinggi, dan hanya 2 santri atau 0,6 persen berada pada kategori rendah. Data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar santri telah memiliki modal

psikologis yang cukup memadai dalam menghadapi proses kehidupan di pesantren.

Pengaruh modal psikologis terhadap penyesuaian diri santri terlihat dari hasil analisis regresi. Modal psikologis memperoleh koefisien regresi sebesar 0,343 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 menunjukkan bahwa modal psikologis berpengaruh secara signifikan terhadap penyesuaian diri santri. Koefisien regresi tersebut berarti bahwa setiap peningkatan satu satuan modal psikologis akan diikuti oleh peningkatan penyesuaian diri santri sebesar 0,343 satuan dengan asumsi dukungan teman sebaya berada dalam kondisi tetap. Nilai koefisien beta terstandar sebesar 0,435 juga memperlihatkan bahwa modal psikologis memiliki kontribusi yang kuat dalam menjelaskan penyesuaian diri santri.

Modal psikologis memberikan sumber daya internal yang membantu santri dalam menghadapi perubahan lingkungan, peraturan, kegiatan akademik, kewajiban keagamaan, serta keterpisahan dari keluarga. Santri yang mempunyai modal psikologis tinggi cenderung memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu menjalankan berbagai tuntutan pesantren. Mereka juga lebih mampu mempertahankan harapan, memandang pengalaman secara positif, dan bangkit ketika menghadapi kesulitan. Kemampuan tersebut membuat santri tidak mudah menganggap kesulitan sebagai alasan untuk menolak lingkungan pesantren, melainkan sebagai bagian dari proses yang harus dijalani.

Hasil tersebut diperkuat oleh data wawancara. Subjek AM dan AAS yang memiliki modal psikologis tinggi menunjukkan kemampuan penyesuaian diri yang lebih baik meskipun memiliki tingkat dukungan teman sebaya yang berbeda. AM sempat mengalami kebingungan dan kesepian pada awal tinggal di pesantren, tetapi mampu mempelajari cara mengatur waktu dengan mengamati santri senior. AAS juga mengalami kesulitan membangun hubungan sosial, tetapi tetap bertahan karena mempunyai tujuan untuk menjadi ustadz. Tujuan jangka panjang tersebut

membantunya menghadapi kesulitan akademik dan sosial selama menjalani kehidupan di pesantren.

Sebaliknya, subjek A dan AR yang memiliki modal psikologis rendah memperlihatkan proses penyesuaian diri yang lebih terhambat. Keduanya masuk pesantren karena keputusan orang tua dan pada awalnya belum memiliki kesiapan pribadi yang kuat. Subjek AR bahkan menunjukkan penolakan terhadap lingkungan, teman, pengurus, dan sistem pendidikan pesantren. Perbedaan tersebut memperlihatkan bahwa modal psikologis memengaruhi cara santri menilai dan merespons tuntutan lingkungan. Santri dengan modal psikologis tinggi cenderung melihat kesulitan sebagai tantangan yang dapat diselesaikan, sedangkan santri dengan modal psikologis rendah lebih mudah melihatnya sebagai tekanan yang sulit dikendalikan.

Maka, tingkat modal psikologis yang semakin tinggi akan diikuti oleh kemampuan penyesuaian diri santri yang semakin baik. Modal psikologis bukan hanya membantu santri bertahan dalam lingkungan pesantren, tetapi juga membantu mereka menerima peraturan, menjalankan kegiatan, membangun tujuan, dan mengembangkan sikap positif terhadap pengalaman selama tinggal di pesantren.

2. Peran dukungan teman sebaya sebagai moderator dalam hubungan antara modal psikologis dan penyesuaian diri santri

Hasil analisis moderasi menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya tidak terbukti berperan sebagai moderator dalam hubungan antara modal psikologis dan penyesuaian diri santri. Koefisien interaksi antara modal psikologis dan dukungan teman sebaya sebesar negatif 0,0037 dengan nilai signifikansi sebesar 0,2497. Nilai signifikansi yang lebih besar dari 0,05 menunjukkan bahwa interaksi kedua variabel tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penyesuaian diri santri.

Penambahan interaksi antara modal psikologis dan dukungan teman sebaya hanya meningkatkan nilai R Square sebesar 0,0021 atau 0,21 persen.

Peningkatan tersebut sangat kecil dan tidak signifikan secara statistik. Oleh karena itu, tinggi atau rendahnya dukungan teman sebaya tidak terbukti mengubah kekuatan pengaruh modal psikologis terhadap penyesuaian diri santri. Modal psikologis tetap memberikan pengaruh positif terhadap penyesuaian diri, baik ketika santri memperoleh dukungan teman sebaya yang tinggi maupun ketika dukungan yang diterimanya rendah.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa modal psikologis dan dukungan teman sebaya bekerja melalui jalur yang berbeda. Modal psikologis merupakan sumber daya yang berasal dari dalam diri santri. Sumber daya ini berhubungan dengan keyakinan terhadap kemampuan diri, harapan untuk mencapai tujuan, pandangan positif terhadap masa depan, dan kemampuan untuk bangkit dari kesulitan. Sementara itu, dukungan teman sebaya merupakan sumber daya dari lingkungan sosial yang memberikan rasa diterima, bantuan emosional, informasi, kebersamaan, dan bantuan dalam menyelesaikan masalah.

Perbedaan jalur tersebut menjelaskan mengapa dukungan teman sebaya tidak memperkuat ataupun memperlemah pengaruh modal psikologis. Santri yang mempunyai modal psikologis tinggi tetap dapat menyesuaikan diri meskipun dukungan teman sebayanya terbatas. Kondisi ini terlihat pada subjek AAS. Pada awal tinggal di pesantren, AAS mengalami kesulitan berteman dan lebih sering menahan kesedihan seorang diri. Meskipun demikian, ia tetap mampu bertahan karena mempunyai tujuan pribadi yang kuat dan keyakinan bahwa kehidupan pesantren mendukung cita-citanya.

Kondisi yang berbeda terlihat pada subjek A yang memiliki modal psikologis rendah tetapi memperoleh dukungan teman sebaya yang cukup tinggi. Dukungan teman membantu A mengurangi kesedihan melalui kegiatan bermain bola, basket, dan aktivitas bersama. Namun, dukungan tersebut tidak secara langsung meningkatkan modal psikologisnya atau sepenuhnya menghilangkan hambatan penyesuaian diri yang dialaminya. Temuan ini menunjukkan bahwa

dukungan teman sebaya dapat membantu penyesuaian diri secara langsung, tetapi tidak selalu mengubah cara modal psikologis memengaruhi penyesuaian diri.

Dukungan teman sebaya dalam penelitian ini lebih tepat ditempatkan sebagai prediktor langsung daripada sebagai moderator. Artinya, dukungan teman sebaya mempunyai pengaruh tersendiri terhadap penyesuaian diri santri, tetapi tidak menentukan kuat atau lemahnya pengaruh modal psikologis. Kedua variabel dapat memberikan manfaat secara bersamaan, tetapi kontribusinya berjalan relatif mandiri.

3. Besarnya pengaruh dukungan teman sebaya terhadap penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, dukungan teman sebaya memperoleh nilai rata rata sebesar 57,33 dengan standar deviasi sebesar 8,686. Sebanyak 188 santri atau 58,2 persen berada pada kategori sedang, sebanyak 126 santri atau 39 persen berada pada kategori tinggi, dan sebanyak 9 santri atau 2,8 persen berada pada kategori rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar santri telah memperoleh dukungan teman sebaya dalam tingkat sedang hingga tinggi, meskipun pengalaman dukungan yang diterima masih berbeda pada setiap santri.

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya memiliki koefisien regresi sebesar 0,359 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Hal ini berarti bahwa dukungan teman sebaya berpengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri santri. Setiap peningkatan satu satuan dukungan teman sebaya akan diikuti peningkatan penyesuaian diri santri sebesar 0,359 satuan ketika modal psikologis berada dalam kondisi tetap.

Dukungan teman sebaya memperoleh koefisien beta terstandar sebesar 0,477. Nilai tersebut lebih tinggi dibandingkan koefisien beta modal psikologis sebesar 0,435. Berdasarkan perbandingan tersebut, dukungan teman sebaya mempunyai pengaruh langsung yang sedikit lebih dominan terhadap penyesuaian diri santri. Meskipun demikian, besarnya persentase kontribusi khusus dukungan

teman sebaya tidak dapat ditentukan hanya berdasarkan nilai beta karena analisis yang disajikan tidak mencantumkan nilai kontribusi efektif atau kontribusi relatif setiap variabel.

Secara bersama sama, modal psikologis dan dukungan teman sebaya mampu menjelaskan 50,6 persen variasi penyesuaian diri santri. Sisa variasi sebesar 49,4 persen dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dianalisis dalam penelitian, seperti dukungan keluarga, pola pengasuhan, kepribadian, hubungan dengan pengurus, budaya pesantren, kondisi akademik, pengalaman tinggal jauh dari keluarga, dan penerimaan terhadap keputusan mondok.

Besarnya pengaruh dukungan teman sebaya dapat dipahami melalui karakteristik kehidupan di pesantren. Santri menjalani sebagian besar kegiatan bersama teman, mulai dari belajar, beribadah, makan, beristirahat, hingga mengikuti kegiatan organisasi. Intensitas interaksi tersebut membuat teman sebaya menjadi sumber dukungan yang dekat dan mudah dijangkau. Ketika santri mengalami kesulitan, teman dapat memberikan bantuan, mendengarkan keluhan, memberikan saran, menemani kegiatan, atau sekadar menciptakan rasa bahwa santri tidak menghadapi masalah seorang diri.

Pada subjek AM, dukungan teman sebaya terlihat melalui kebiasaan menceritakan kesedihan kepada teman dan pengurus kamar. Dukungan tersebut membuat AM merasa tidak sendirian ketika menghadapi tekanan. Pada subjek A, dukungan diberikan dalam bentuk aktivitas bersama. Bermain dan berinteraksi dengan teman menjadi cara untuk mengurangi kesedihan dan kebosanan. Sebaliknya, subjek AR yang tidak memiliki teman dekat menunjukkan penolakan yang lebih kuat terhadap lingkungan pesantren. Ketiadaan hubungan sosial yang bermakna membuat AR lebih mudah mengalami perasaan terasing dan tidak nyaman.

Maka, dukungan teman sebaya mempunyai pengaruh yang nyata dalam proses penyesuaian diri santri. Dukungan tersebut membantu santri membentuk

rasa memiliki, mengurangi tekanan emosional, memperoleh bantuan praktis, dan membangun keterlibatan sosial. Semakin besar dukungan yang diterima santri, semakin besar pula kemungkinan santri mampu menerima dan menjalani kehidupan pesantren secara lebih adaptif.

4. Hubungan efikasi diri, optimisme, harapan, dan resiliensi dengan dukungan teman sebaya dalam menciptakan keharmonisan penyesuaian diri santri

Modal psikologis terdiri atas efikasi diri, optimisme, harapan, dan resiliensi. Keempat unsur tersebut berperan dalam membantu santri menyeimbangkan kebutuhan, perasaan, kemampuan, dan tujuan pribadinya dengan peraturan serta harapan lingkungan pesantren. Dukungan teman sebaya menyediakan sumber daya sosial yang dapat membantu santri menggunakan kapasitas psikologis tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Efikasi diri berkaitan dengan keyakinan santri bahwa dirinya mampu menjalankan tugas dan menghadapi tantangan. Dalam lingkungan pesantren, efikasi diri membantu santri mengikuti kegiatan yang padat, menyelesaikan hafalan, menggunakan bahasa yang diwajibkan, mengurus kebutuhan pribadi, dan membangun hubungan sosial. Dukungan teman sebaya dapat membantu efikasi diri melalui pemberian informasi, contoh perilaku, bantuan belajar, dan penguatan positif. Ketika teman memberikan bantuan atau pengakuan terhadap kemampuan santri, santri menjadi lebih yakin bahwa tuntutan pesantren dapat diselesaikan.

Hal tersebut terlihat pada pengalaman AM yang belajar membagi waktu dengan memperhatikan santri senior. Pengamatan terhadap keberhasilan orang lain memberikan gambaran bahwa tuntutan pesantren dapat dijalani dengan strategi yang tepat. Dalam kondisi ini, lingkungan sosial tidak menciptakan efikasi diri secara langsung, tetapi menyediakan pengalaman dan informasi yang membantu santri mengembangkan keyakinan terhadap kemampuan dirinya.

Optimisme membantu santri memandang pengalaman di pesantren secara lebih positif. Santri yang optimis cenderung melihat kesulitan pada awal masa mondok sebagai keadaan sementara. Mereka percaya bahwa rasa rindu, kesepian, kesulitan belajar, dan hambatan pertemanan dapat berkurang seiring waktu. Dukungan teman sebaya membantu mempertahankan pandangan tersebut dengan memberikan pengalaman menyenangkan, rasa diterima, dan keyakinan bahwa masalah yang dialami juga dapat dihadapi oleh santri lain.

Tanpa optimisme dan dukungan sosial yang memadai, santri dapat membentuk penilaian negatif terhadap lingkungan pesantren. Kondisi tersebut terlihat pada subjek AR yang merasa tidak sesuai dengan teman, pengurus, dan sistem pendidikan di pesantren. Persepsi negatif yang berlangsung secara terus menerus membuatnya lebih sulit menemukan manfaat dari kehidupan pesantren. Meskipun demikian, AR masih mampu mengakui adanya perubahan positif dalam kedisiplinan beribadah. Hal ini memperlihatkan bahwa lingkungan pesantren tetap dapat memberikan dampak positif walaupun penerimaan pribadi santri belum terbentuk secara menyeluruh.

Harapan berkaitan dengan kemampuan santri menentukan tujuan dan menemukan cara untuk mencapai tujuan tersebut. Santri yang mempunyai harapan tinggi tidak hanya mempunyai keinginan untuk berhasil, tetapi juga mampu mencari alternatif ketika menghadapi hambatan. Dukungan teman sebaya dapat membantu santri menemukan cara baru melalui berbagi pengalaman, saran, bantuan belajar, dan kerja sama dalam kegiatan. Teman juga dapat mengingatkan kembali tujuan santri ketika motivasinya menurun.

Pengalaman AAS menunjukkan peran harapan yang kuat. Keinginannya menjadi ustadz menjadi tujuan yang mempertahankan ketekunan selama menjalani kehidupan pesantren. Meskipun pada awalnya tidak memperoleh dukungan sosial yang memadai, tujuan tersebut tetap membuatnya bertahan. Setelah hubungan pertemanan mulai terbentuk, proses penyesuaian sosialnya menjadi lebih baik. Hal ini menunjukkan bahwa harapan dapat bekerja sebagai

kekuatan internal, sedangkan dukungan teman sebaya membantu memperluas cara yang tersedia untuk mencapai tujuan.

Resiliensi membantu santri pulih setelah mengalami tekanan, kegagalan, atau pengalaman yang tidak menyenangkan. Kehidupan pesantren dapat menimbulkan berbagai tekanan, seperti kesulitan mengikuti pelajaran, hukuman, konflik dengan teman, rindu keluarga, dan kepadatan kegiatan. Santri yang mempunyai resiliensi mampu mengevaluasi kesulitan, mencari strategi baru, dan kembali menjalankan aktivitas. Dukungan teman sebaya membantu proses pemulihan dengan memberikan rasa aman, pendampingan emosional, dan kesempatan untuk kembali terlibat dalam kegiatan sosial.

Interaksi antara unsur modal psikologis dan dukungan teman sebaya dalam penelitian ini perlu dipahami sebagai hubungan yang saling melengkapi, bukan sebagai interaksi moderasi yang signifikan secara statistik. Dukungan teman sebaya tidak terbukti mengubah kuat atau lemahnya pengaruh modal psikologis. Namun, dalam kehidupan sehari-hari, dukungan tersebut dapat menyediakan situasi yang membantu santri menggunakan efikasi diri, optimisme, harapan, dan resiliensi secara lebih efektif.

Keharmonisan antara tuntutan internal santri dan harapan lingkungan pesantren terbentuk ketika santri mampu menerima kebutuhan pribadinya tanpa mengabaikan aturan lingkungan. Santri tetap dapat merasakan rindu, lelah, sedih, atau kecewa, tetapi mampu mengelola perasaan tersebut sehingga tidak menghambat keterlibatannya dalam kegiatan pesantren. Modal psikologis membantu santri mengatur respons dari dalam diri, sedangkan dukungan teman sebaya membantu menciptakan lingkungan sosial yang lebih aman dan suportif.

Santri yang memiliki modal psikologis dan dukungan teman sebaya tinggi menunjukkan kondisi penyesuaian yang paling baik karena mempunyai sumber daya internal dan eksternal yang memadai. Santri dengan modal psikologis tinggi tetapi dukungan teman sebaya rendah masih dapat menyesuaikan diri dengan

mengandalkan tujuan, keyakinan, dan ketahanan pribadinya. Santri dengan modal psikologis rendah tetapi dukungan teman sebaya tinggi dapat bertahan melalui kebersamaan dan aktivitas sosial, walaupun penerimaan terhadap lingkungan belum tentu terbentuk secara optimal. Santri yang memiliki modal psikologis dan dukungan teman sebaya rendah menjadi kelompok yang paling rentan mengalami penolakan, isolasi sosial, dan kesulitan menjalankan tuntutan pesantren.

Secara keseluruhan, modal psikologis dan dukungan teman sebaya mempunyai peran yang sama sama penting, tetapi bekerja melalui mekanisme yang berbeda. Modal psikologis membentuk kesiapan mental, cara berpikir, ketekunan, dan kemampuan bangkit. Dukungan teman sebaya membentuk rasa diterima, kebersamaan, bantuan emosional, dan keterlibatan sosial. Keduanya berkontribusi secara langsung dalam membantu santri mencapai penyesuaian diri yang lebih baik di lingkungan Pondok Pesantren.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian kuantitatif dan kualitatif mengenai pengaruh modal psikologis terhadap penyesuaian diri santri dengan dukungan sebaya sebagai variabel moderator, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut.

1. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa mayoritas santri baru memiliki modal psikologis pada kategori sedang, yaitu sebanyak 179 santri atau 55,4%. Sebanyak 142 santri atau 44,0% berada pada kategori tinggi, sedangkan hanya 2 santri atau 0,6% berada pada kategori rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa secara umum santri baru telah memiliki sumber daya psikologis positif berupa efikasi diri, harapan, optimisme, dan resiliensi, tetapi pada sebagian besar santri kapasitas tersebut belum sepenuhnya berkembang secara optimal dan konsisten.
2. Modal psikologis kategori sedang pada remaja menggambarkan kondisi ketika remaja telah memiliki keyakinan, harapan, optimisme, dan kemampuan bertahan dalam menghadapi kesulitan, tetapi penerapannya masih dapat berubah bergantung pada situasi yang dihadapi. Remaja dengan modal psikologis sedang umumnya mampu menetapkan tujuan dan berusaha mencapainya, tetapi masih memerlukan arahan untuk menentukan langkah yang tepat. Mereka dapat merasa percaya diri dalam situasi yang telah dikuasai, tetapi masih mudah meragukan kemampuannya ketika menghadapi tugas baru, tekanan akademik, konflik sosial, atau perubahan lingkungan.

Aspek harapan, remaja dengan modal psikologis sedang telah memiliki tujuan yang ingin dicapai, tetapi terkadang belum mampu menemukan alternatif penyelesaian ketika rencana awal mengalami hambatan. Berdasarkan aspek optimisme, mereka mampu melihat kemungkinan hasil

yang positif, tetapi cara pandangnya masih dapat berubah menjadi negatif ketika mengalami kegagalan atau tekanan yang berulang. Berdasarkan aspek resiliensi, mereka sudah mampu bangkit dari kesulitan, tetapi proses pemulihannya dapat memerlukan waktu, dorongan dari orang lain, dan lingkungan yang mendukung. Maka, modal psikologis kategori sedang tidak menunjukkan kondisi yang buruk, tetapi menunjukkan bahwa potensi psikologis positif remaja masih perlu diperkuat agar menjadi lebih stabil, mandiri, dan dapat digunakan secara konsisten dalam berbagai situasi.

3. Hasil kategorisasi penyesuaian diri santri menunjukkan bahwa mayoritas partisipan berada pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 181 santri atau 56,0%. Sebanyak 141 santri atau 43,7% berada pada kategori sedang, sedangkan hanya 1 santri atau 0,3% berada pada kategori rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar santri baru telah mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan kehidupan pondok pesantren, baik dalam aspek akademik, sosial, emosional, maupun kehidupan sehari-hari. Meskipun demikian, masih terdapat sejumlah santri yang berada pada kategori sedang dan memerlukan pendampingan agar dapat mencapai penyesuaian diri yang lebih optimal.
4. Dukungan sebaya pada santri baru mayoritas berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 188 santri atau 58,2%. Sebanyak 126 santri atau 39,0% berada pada kategori tinggi, sedangkan 9 santri atau 2,8% berada pada kategori rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar santri telah mendapatkan perhatian, bantuan, penerimaan, kebersamaan, serta dukungan emosional dari teman sebaya. Namun, dukungan tersebut belum dirasakan secara merata dan optimal oleh seluruh santri. Beberapa santri masih mengalami kesulitan membangun hubungan dekat, menyampaikan permasalahan, atau mencari bantuan ketika menghadapi tekanan.
5. Modal psikologis terbukti memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri santri. Koefisien regresi modal psikologis

sebesar 0,343 dengan nilai signifikansi 0,000 dan nilai beta sebesar 0,435. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi modal psikologis yang dimiliki santri, semakin baik pula kemampuan santri dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan pondok pesantren. Santri yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya, tujuan yang jelas, pandangan positif terhadap masa depan, dan kemampuan bangkit dari kesulitan cenderung lebih mampu menghadapi tuntutan akademik, sosial, emosional, dan kemandirian di pesantren.

6. Dukungan sebaya juga terbukti memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri santri. Koefisien regresi dukungan sebaya sebesar 0,359 dengan nilai signifikansi 0,000 dan nilai beta sebesar 0,477. Artinya, semakin baik dukungan yang diterima santri dari teman sebayanya, semakin baik pula kemampuan penyesuaian dirinya. Berdasarkan nilai beta, dukungan sebaya memberikan kontribusi langsung yang sedikit lebih besar dibandingkan modal psikologis. Hal ini menunjukkan bahwa teman sebaya memiliki posisi penting dalam kehidupan santri karena dapat menjadi sumber dukungan emosional, informasi, bantuan praktis, kebersamaan, dan rasa diterima di lingkungan pesantren.
7. Modal psikologis dan dukungan sebaya secara bersama-sama terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri santri. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,711 menunjukkan hubungan yang kuat antara kedua variabel tersebut dengan penyesuaian diri santri. Nilai R Square sebesar 0,506 menunjukkan bahwa modal psikologis dan dukungan sebaya secara bersama-sama mampu menjelaskan 50,6% variasi penyesuaian diri santri. Sementara itu, sebanyak 49,4% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor di luar penelitian, seperti dukungan keluarga, motivasi mondok, regulasi emosi, kepribadian, iklim pesantren, hubungan dengan pengasuh, pengalaman sebelumnya, dan kondisi lingkungan sosial.
8. Dukungan sebaya tidak terbukti berperan sebagai moderator dalam hubungan antara modal psikologis dan penyesuaian diri santri. Hasil

pengujian interaksi antara modal psikologis dan dukungan sebaya memperoleh koefisien sebesar $-0,0037$ dengan nilai signifikansi $0,2497$, yaitu lebih besar dari $0,05$. Penambahan interaksi kedua variabel hanya menghasilkan perubahan R Square sebesar $0,0021$ atau $0,21\%$, sehingga tidak memberikan peningkatan model yang bermakna. Maka, dukungan sebaya tidak memperkuat maupun memperlemah pengaruh modal psikologis terhadap penyesuaian diri santri.

9. Tidak terbuktinya dukungan sebaya sebagai moderator bukan berarti dukungan sebaya tidak penting. Dukungan sebaya lebih tepat dipahami sebagai variabel yang memberikan pengaruh langsung terhadap penyesuaian diri santri. Modal psikologis dan dukungan sebaya bekerja melalui mekanisme yang relatif berbeda. Modal psikologis berfungsi sebagai sumber daya internal yang membantu santri membangun keyakinan diri, mempertahankan tujuan, memandang kesulitan secara lebih positif, dan bangkit dari tekanan. Sementara itu, dukungan sebaya berfungsi sebagai sumber daya eksternal yang menyediakan penerimaan sosial, bantuan, kebersamaan, tempat berbagi perasaan, dan dukungan dalam menghadapi kehidupan pesantren.
10. Temuan kualitatif mendukung hasil analisis kuantitatif. Santri yang memiliki modal psikologis tinggi menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam memaknai kesulitan sebagai tantangan yang dapat diselesaikan, mempertahankan tujuan, dan bangkit dari tekanan awal kehidupan pesantren. Santri yang memperoleh dukungan sebaya dapat memanfaatkan hubungan pertemanan sebagai sarana mengelola emosi, mengurangi kesepian, melakukan aktivitas bersama, dan membangun rasa memiliki terhadap lingkungan pesantren. Sebaliknya, santri dengan modal psikologis rendah dan dukungan sebaya rendah menunjukkan kondisi penyesuaian diri yang paling rentan, seperti penolakan terhadap lingkungan, isolasi sosial, kesulitan menerima aturan, dan keinginan meninggalkan pesantren.

Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri santri baru dipengaruhi oleh sumber daya internal dan eksternal. Modal psikologis menjadi sumber daya internal yang membantu santri menghadapi tekanan dan perubahan secara positif, sedangkan dukungan sebaya menjadi sumber daya eksternal yang membantu santri memperoleh penerimaan, bantuan, dan rasa kebersamaan. Kedua variabel tersebut sama-sama berperan penting dan memberikan pengaruh langsung terhadap penyesuaian diri santri, tetapi dukungan sebaya tidak mengubah kuat atau lemahnya pengaruh modal psikologis. Oleh karena itu, peningkatan penyesuaian diri santri perlu dilakukan melalui penguatan efikasi diri, harapan, optimisme, dan resiliensi sekaligus melalui pembentukan hubungan sebaya yang aman, suportif, dan inklusif.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, modal psikologis dan dukungan sebaya terbukti memberikan pengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri santri. Kedua variabel tersebut secara bersama-sama mampu menjelaskan 50,6% variasi penyesuaian diri santri. Dukungan sebaya memiliki kontribusi langsung yang sedikit lebih besar dibandingkan modal psikologis, tetapi tidak terbukti memperkuat atau memperlemah hubungan antara modal psikologis dan penyesuaian diri santri. Oleh karena itu, peningkatan modal psikologis dan dukungan sebaya perlu dilakukan secara paralel sebagai dua sumber daya yang bekerja melalui mekanisme berbeda.

1. Bagi Pengelola Pondok Pesantren

Hasil penelitian menunjukkan bahwa psychological capital memiliki peran penting dalam mendukung proses penyesuaian diri santri baru. Berdasarkan analisis aspek pembentuk psychological capital, aspek optimism memiliki kontribusi paling tinggi dibandingkan aspek lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar santri telah memiliki pandangan positif terhadap masa depan dan mampu melihat pengalaman di pondok pesantren sebagai proses perkembangan diri yang bermanfaat.

Oleh karena itu, pihak pondok pesantren disarankan untuk mempertahankan kondisi tersebut melalui pemberian dukungan positif, apresiasi terhadap perkembangan santri, serta pembinaan yang membantu santri mempertahankan keyakinan terhadap tujuan yang ingin dicapai.

Namun, aspek resiliency menunjukkan kontribusi paling rendah dalam membentuk psychological capital. Kondisi ini menunjukkan bahwa kemampuan sebagian santri dalam menghadapi tekanan, kesulitan, dan perubahan lingkungan masih perlu diperkuat. Oleh karena itu, pihak pondok pesantren disarankan untuk mengembangkan program yang dapat meningkatkan ketahanan psikologis santri, seperti pendampingan secara personal, pembinaan kemandirian, pelatihan pengelolaan emosi, serta pemberian dukungan bagi santri yang mengalami kesulitan dalam proses adaptasi.

Pada variabel student adjustment, aspek hubungan interpersonal yang baik memiliki kontribusi paling tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan membangun hubungan sosial menjadi faktor penting dalam membantu santri baru menyesuaikan diri dengan lingkungan pondok pesantren. Berdasarkan temuan tersebut, pihak pondok pesantren disarankan untuk terus menciptakan lingkungan sosial yang positif melalui kegiatan kebersamaan, program pendampingan santri baru, penguatan peran pengurus kamar, serta kegiatan yang dapat meningkatkan interaksi antar santri.

Sementara itu, aspek persepsi yang akurat terhadap realitas menjadi aspek dengan kontribusi paling rendah dalam membentuk student adjustment. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian santri masih membutuhkan bantuan dalam memahami kondisi dan tuntutan kehidupan pesantren secara lebih objektif. Oleh karena itu, pihak pondok pesantren disarankan untuk memberikan orientasi awal yang lebih komprehensif kepada santri baru mengenai sistem pendidikan, aturan, kegiatan harian,

serta tantangan yang mungkin dihadapi selama tinggal di pesantren. Hal tersebut diharapkan dapat membantu santri membangun kesiapan mental dan persepsi yang lebih realistis sebelum menjalani kehidupan pesantren.

Pada variabel peer support, aspek guidance memiliki kontribusi paling tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya dalam bentuk arahan, bantuan informasi, dan saran menjadi bentuk dukungan yang paling banyak dirasakan oleh santri baru. Oleh karena itu, pihak pondok pesantren disarankan untuk mempertahankan dan mengembangkan sistem pendampingan teman sebaya melalui optimalisasi peran santri senior, pengurus kamar, maupun mentor sebaya sebagai sumber bantuan bagi santri baru selama proses adaptasi.

Di sisi lain, aspek opportunity to provide nurturance memiliki kontribusi paling rendah dalam membentuk peer support. Hal ini menunjukkan bahwa kesempatan santri untuk memberikan perhatian dan dukungan kepada teman lain masih belum optimal. Oleh karena itu, pondok pesantren disarankan untuk meningkatkan kegiatan yang mendorong kepedulian sosial antar santri, seperti kegiatan kelompok, kerja sama antar kamar, kegiatan sosial, serta pembiasaan budaya saling membantu. Melalui kegiatan tersebut, santri tidak hanya menjadi penerima dukungan sosial, tetapi juga belajar menjadi individu yang mampu memberikan dukungan kepada lingkungan sekitarnya.

2. Bagi Pengasuh, Musyrif, Musyrifah, dan Wali Kamar

Pengasuh, musyrif, musyrifah, dan wali kamar disarankan lebih aktif membangun hubungan yang terbuka dengan santri baru. Pendamping tidak hanya berperan dalam mengawasi kedisiplinan, tetapi juga perlu menjadi figur yang dapat memberikan dukungan emosional, arahan, serta rasa aman bagi santri.

Pendamping dapat melakukan percakapan individual secara berkala, terutama kepada santri yang terlihat sering menyendiri, sulit

berinteraksi, sering melanggar aturan, menunjukkan keinginan pulang, atau menolak lingkungan pesantren. Perilaku tersebut sebaiknya tidak langsung dipandang sebagai bentuk ketidakpatuhan, tetapi perlu ditelusuri kemungkinan adanya kesulitan penyesuaian diri, rendahnya keyakinan diri, kurangnya dukungan sebaya, atau ketidaksiapan menjalani kehidupan pesantren.

Untuk meningkatkan modal psikologis, pendamping dapat memberikan apresiasi terhadap kemajuan kecil yang dicapai santri, membantu santri menyusun target, mengenalkan figur teladan, serta mendampingi santri ketika mengalami kegagalan. Pendamping juga disarankan menggunakan komunikasi yang mendukung dan tidak memberikan label negatif karena penerimaan dari lingkungan dapat membantu santri membangun optimisme dan ketahanan psikologis.

3. Bagi Santri

Santri disarankan berperan aktif dalam mengembangkan modal psikologisnya. Efikasi diri dapat ditingkatkan dengan menetapkan target sederhana dan bertahap, seperti mampu mengatur perlengkapan sendiri, menyelesaikan tugas tepat waktu, mencapai target hafalan, atau berani memulai percakapan dengan teman baru. Setiap keberhasilan perlu dipandang sebagai bukti bahwa kemampuan beradaptasi dapat berkembang melalui latihan.

Harapan dapat ditingkatkan dengan memiliki tujuan yang ingin dicapai selama berada di pesantren dan menyusun beberapa strategi untuk mencapainya. Ketika satu cara tidak berhasil, santri perlu mencoba cara lain atau meminta bantuan kepada pendamping. Optimisme dapat dikembangkan dengan menghindari kesimpulan bahwa satu pengalaman buruk akan terus berlangsung. Santri dapat mencatat perkembangan positif yang dialami dan membandingkan kemampuannya saat ini dengan kondisi pada awal masuk pesantren.

Resiliensi dapat ditingkatkan dengan belajar mengenali emosi, melakukan aktivitas yang menenangkan, berdiskusi dengan orang yang dipercaya, serta mencari bantuan ketika masalah sulit diselesaikan sendiri. Memendam seluruh permasalahan dapat meningkatkan tekanan psikologis dan menghambat proses penyesuaian diri.

Santri juga disarankan membangun dukungan sebaya secara sehat dengan berani menyapa, mengikuti kegiatan kelompok, membantu teman yang mengalami kesulitan, belajar bersama, dan memberikan kesempatan kepada teman untuk bercerita. Dukungan sebaya tidak harus selalu berupa nasihat, tetapi dapat diberikan melalui kesediaan mendengarkan, menemani, memberi informasi, dan melibatkan teman dalam kegiatan bersama.

4. Bagi Pengembangan Dukungan Sebaya

Mengingat dukungan sebaya memberikan kontribusi langsung yang kuat terhadap penyesuaian diri santri, pondok pesantren disarankan mengembangkan program teman pendamping atau sistem teman berpasangan. Setiap santri baru dapat dipasangkan dengan teman seangkatan atau kakak kelas yang telah memperoleh pembekalan dasar mengenai komunikasi empatik, kerahasiaan, pengenalan tanda-tanda kesulitan penyesuaian, dan prosedur melaporkan kondisi yang membutuhkan bantuan profesional.

Kegiatan kelompok kecil juga dapat dilaksanakan secara rutin untuk membahas pengalaman adaptasi, kesulitan belajar, pengelolaan kerinduan terhadap keluarga, dan strategi membangun hubungan sosial. Kegiatan bersama seperti belajar kelompok, olahraga, kerja bakti, diskusi kamar, dan kegiatan keagamaan kolaboratif dapat digunakan untuk memperluas interaksi antarsantri.

Pengelola perlu memastikan bahwa kelompok pertemanan di pesantren bersifat inklusif dan tidak berkembang menjadi kelompok

tertutup yang memunculkan pengucilan atau perundungan. Oleh karena itu, perlu tersedia mekanisme pelaporan yang aman serta penanganan yang cepat terhadap konflik, perundungan, dan isolasi sosial.

5. Bagi Orang Tua atau Wali Santri

Orang tua disarankan mempersiapkan anak secara psikologis sebelum memasuki pondok pesantren. Keputusan untuk mondok sebaiknya dibicarakan secara terbuka dengan mempertimbangkan kesiapan, minat, dan tujuan anak. Keterlibatan santri dalam proses pengambilan keputusan dapat meningkatkan rasa memiliki terhadap pilihan tersebut serta membantu membangun harapan dan motivasi internal.

Selama masa awal mondok, orang tua perlu memberikan dukungan secara proporsional. Komunikasi hendaknya memberikan penguatan terhadap usaha anak, bukan hanya menanyakan nilai, hafalan, atau kedisiplinan. Orang tua dapat membantu anak mengenali perkembangan positif, mengingatkan tujuan awal, dan mendorong anak mencari solusi bersama pendamping ketika menghadapi kesulitan.

Namun, orang tua sebaiknya tidak langsung menarik anak dari pesantren setiap kali muncul keluhan sementara. Keluhan tersebut perlu didengarkan dan ditindaklanjuti melalui komunikasi dengan pihak pesantren. Apabila ditemukan tekanan psikologis yang berat, perundungan, atau gangguan fungsi sehari-hari, orang tua dan pihak pesantren perlu menyusun penanganan bersama dengan melibatkan tenaga profesional apabila diperlukan.

6. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan faktor lain yang dapat memengaruhi proses penyesuaian diri santri baru, seperti dukungan keluarga, budaya pesantren, hubungan dengan pengasuh, strategi coping, maupun faktor kepribadian individu. Selain itu, penelitian

selanjutnya dapat menggunakan desain penelitian longitudinal untuk melihat perubahan psychological capital, peer support, dan student adjustment sejak awal masuk pesantren hingga tahap adaptasi berikutnya.

Penelitian selanjutnya juga dapat memperluas jumlah partisipan dan melibatkan beberapa karakteristik pesantren yang berbeda agar memperoleh gambaran yang lebih luas mengenai faktor psikologis dan sosial yang memengaruhi keberhasilan penyesuaian diri santri baru.

7. Rekomendasi Program Terpadu

Berdasarkan hasil penelitian, program peningkatan penyesuaian diri santri sebaiknya menggunakan dua jalur yang dilaksanakan secara bersamaan. Jalur pertama berfokus pada penguatan sumber daya internal melalui peningkatan efikasi diri, harapan, optimisme, dan resiliensi sebagai komponen modal psikologis. Jalur kedua berfokus pada penguatan sumber daya eksternal melalui pembentukan dukungan sebaya yang aman, inklusif, dan mudah diakses.

Kedua program tersebut perlu dilaksanakan secara sejajar karena dukungan sebaya tidak terbukti berperan sebagai penguat hubungan antara modal psikologis dan penyesuaian diri santri. Maka, dukungan sebaya tidak dapat digunakan sebagai pengganti modal psikologis, demikian pula modal psikologis tidak menghilangkan kebutuhan santri terhadap hubungan sosial yang suportif. Pengembangan keduanya secara seimbang diharapkan mampu membantu santri menghadapi tuntutan akademik, sosial, emosional, dan kehidupan sehari-hari di pondok pesantren.

DAFTAR ISI

- Abdullah, M. (2015). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Aswaja Pressindo.
- Afifah, S. (2018). *Pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan Self-efficacy terhadap penyesuaian diri pada santri Baru*. Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Agustin, C. F., & Jannah, M. (2021). Perbedaan Modal psikologis Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Siswa Madrasah Aliyah Negeri “X.” *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 1–9.
- Ashbaugh, A. R. (2015). Social Learning Theory. In *Phobias: The Psychology of Irrational Fear*. Prentice Hall. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1428-6_1257
- Atwater, E. (1983). *Psychology of adjustment*. Prentice-Hall.
- Aula, S. G. (2020). Rokok, Ramaja, Keluarga, dan Sekolah: Bagaimana Semuanya Saling Terikat? *Aplikasi Psikologi Positif*.
- Avey, J. B., Reichard, R. J., Luthans, F., & Mhatre, K. H. (2011). Meta-analysis of the impact of positive modal psikologis on employee attitudes, behaviors, and performance. *Human Resource Development Quarterly*, 22(2), 127–152. <https://doi.org/10.1002/hrdq.20070>
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi (Edisi ke-2nd)*. Pustaka Pelajar.
- Bahrodin, A. (2024). Hubungan antara dukungan teman sebaya dan academic bouyancy dengan self regulated learning sebagai mediator pada mahasiswa rantau. *Risâlah Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, 10(1), 39–48.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 179–189.

- Bandura, A. (1995). *Self-Efficacy in Changing Societies*. Cambridge University Press.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173–1182.
- Chen, J. J.-L. (2005). Relation of Academic Support From Parents, Teachers, and Peers to Hong Kong Adolescents' Academic Achievement: The Mediating Role of Academic Engagement. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 131(2), 77–127. <https://doi.org/10.3200/MONO.131.2.77-127>
- Choirudin, M. (2015). Penyesuaian diri: sebagai upaya mencapai kesejahteraan jiwa. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 12(1), 1–20.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stres, Dukungan Sosial, dan Hipotesis Penyangga. *Buletin Psikologi*, 98(2), 310–357.
- Cresswell, J. W. (2014). *Research Design, Qualitative, Quantitative and Mixed Methods approaches*.
- Creswell, J. W. (2013). “Steps in Conducting a Scholarly Mixed Methods Study” DBER Speaker Series. 48.<http://digitalcommons.unl.edu/dberspeakers/48>. In *Steps in Conducting a Scholarly Mixed Methods Study* (hal. 1–54).
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018a). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018b). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5th ed.). Sage Publications.
- Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2018). *Designing and conducting mixed methods research* (3rd ed.). Sage Publications.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018a). *Qualitative inquiry and research design:*

- Choosing among five approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018b). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Cutrona, C. E., & Russell, D. W. (1987). The provisions of social relationships and adaptation to stress. *Advances in Personal Relationships*, 1, 37–67.
- Faqih, M. F. (2020). *Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik mahasiswa Malang yang bekerja* (hal. 116).
- Fatimah, S., Manuardi, A. R., & Meilani, R. (2021). Tingkat efikasi diri performa akademik mahasiswa ditinjau dari perspektif dimensi Bandura. Prophetic: Professional, Empathy. *Islamic Counseling Journal*, 4(1), 25–36.
- Febriyanti, I. (2021). *Hubungan social adjustment dengan psychological distress pada santri baru*.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghufron, M. N. (2018). Penyesuaian Akademik Tahun Pertama Ditinjau dari Efikasi Diri Mahasiswa. *Konseling Edukasi “Journal of Guidance and Counseling,”* 1(1). <https://doi.org/10.21043/konseling.v1i1.3860>
- Ghufron, & Risnawita. (2016). *Teori-teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Guangyi, L., & Shanshan, Y. (2016). Modal psikologis: Origin, connotation and the related factors. *Canadian Social Science*, 12(8), 71–77. <https://doi.org/10.3968/8710>
- Hafidhuddin, D., Rabbani, F., Nazril, N., Robbani, A. A., & Zamroni, A. (2023). Gambaran Proses Adaptasi Santri Baru pada Peraturan Pondok Pesantren. *Islamic Education and Counseling Journal*, 2(1).
- Haru, E. (2023). Membangun Resiliensi Dalam Diri Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid -19. *Jurnal Alternatif Wacana Ilmiah Interkultural*, 11(1), 44–60.

<https://doi.org/10.60130/ja.v11i1.71>

- Hassan, M. (2025). Student Mental Health and Psychological Supports at Pondok Pesantren Darunnajah. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 3 no.
- Hayes, A. F. (2017). *Pengantar mediasi, moderasi, dan analisis proses kondisional: Pendekatan berbasis regresi*. Publikasi Guilford.
- Hurlock, E. B. (1968). The adolescent reformer. *Adolescence*, 3(11), 273.
- Khoirini, F. N., & Andriany, A. R. (2024). Pengaruh peer academic support terhadap academic adjustment pada siswa SMA IT Abu Bakar boarding school Kulon Progo. *Equilibrium: Jurnal Pendidikan*, 12(1), 30–36.
- Khusumadewi, A. (2024). *Value-Based Peer Helpers in Indonesia's Islamic Boarding Schools*.
- Kristianto, L. A. (2024). *Hubungan antara modal psikologis dengan academic adjustment pada santri tahfidz di Pondok Pesantren Tahfidzul Quran An-Nissa Surabaya*.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and Adaptation*. Oxford University Press.
- Loama, R. T., & Basuki, A. (2024). Menemukan Berbagai Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Membantu Adaptasi Santri Baru pada Perbedaan Bahasa di Pesantren. *Jurnal Penelitian Terkini dalam Manajemen, Kebijakan, dan Ilmu Sosial*, 1(1), 35–42.
- Luthans, CM, Y.-M., & B, A. (2015). *Modal psikologis dan Lebih Jauh*. Oxford Univ. Press.
- Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007). *Modal psikologis: Developing the human competitive edge*. Oxford University Press.
- Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2015). *Modal psikologis and beyond*. Oxford University Press.

- Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2017). *Modal psikologis and beyond*. Oxford University Press.
- Mahmood, K., Ijaz, A., & Khan, M. A. (2015). Social relations & psychological adjustment among adult children of parents with depression and anxiety. *Journal of Pharmacy and Alternative Medicine*, 6, 1–6.
- Marjan, J., & Hilmi, M. Z. (2020). Penyesuaian Diri Anak-Anak Di Lingkungan Sekolah. *SOSIO EDUKASI Jurnal Studi Masyarakat Dan Pendidikan*, 4(1), 33–38,. <https://doi.org/10.29408/sosedu.v4i1.4111>.
- Marwoko, G. (2019). Psikologi perkembangan masa remaja. *Tasyri: Jurnal Tarbiyah-Syariah-Islamiah*, 26(1), 60–75.
- Maryam, S. (2015). *Self efficacy anak didik pemasyarakatan di Lapas anak kelas IIA Blitar*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Mayesti, S., & Ilyas, A. (2019). Adjustment of Students in Boarding Houses (DescriptiveComparative Study of Students from Outside and in Sumatera Barat. *Jurnal Neo Konseling*, 1(1), 1–6.
- Mead, S., Sw, M., Hilton, D. W., In, H., Cord, C. O. N., Curtis, L., & Associate, I. S. A. N. (2001). 24.Peer_support_A_theoretical_pe. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 25(2), 134–141.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Analisis Data Kualitatif: Buku Sumber Metode (Edisi ke-3rd*. Publikasi Sage.
- Muallifah, M., Pali, M., Hitipeuw, I., & Sudgiono, S. (2020). Peran iklim sekolah dan efikasi diri terhadap keterlibatan siswa di sekolah menengah pertama di Malang. *Jurnal Internasional Inovasi, Kreativitas dan Perubahan*, 13(2), 451–462.
- Nikmaturofiqoh, S., Yohana, C., & Fadillah, N. (2023). Pengaruh Dukunga Sosial dan Efikasi Diri Akademik Terhadap Penyesuaian Akademik Siswa Kelas X Bisnis Manajemen di SMKN 48 Jakarta. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*,

Februari, 9(3), 608–622. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7635555>

Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Teori Psikometri (Edisi ke-3rd)*. McGraw-Hill.

Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research & evaluation methods* (4th ed.). Sage Publications.

Prasetyaningrum, J. (2021). *Kesejahteraan psikologis santri Indonesia*. Jurnal Studi Islam.

Pratiwi, S. A., & Yuliandri, B. S. (2022). Anteseden dan hasil dari resiliensi. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 5(1), 8–15.

Priyatno, D. (2018). *Analisis Korelasi, Regresi, dan Multivariate dengan SPSS*. Gava Media.

Remaja, A. H. P. (2023). Perkembangan Remaja. *Psikologi Perkembangan*, 155.

Retnowuni, A. (2021). Kesiapan psikologis santri baru di era pandemi Covid-19. *Journal of Nursing and Midwifery Research*.

Rogers, C. R. (1983). *Freedom to Learn*. Merrill Publishing Company.

Santrock, J. W. (2018). *Educational Psychology (Sixth)*. McGraw-Hill Education.

Schneiders. (1964). *Schneider, A.A.* Holt, Rinehart and Winston.

Sidabalok, R. N., Marpaung, W., & Manurung, Y. S. (2019). Optimisme dan self esteem pada pelajar sekolah menengah atas. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 3(1), 48–58.

Snyder, C. R. (2000). The past and possible futures of hope. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19(1), 11–28.

Solomon. (2008). Dukungan teman sebaya/Peer Provided Services Underlying Processes, Benefits, and Critical Ingredients. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 27(4), 392–401.

- Subandi, M. A. (2011). Religious Environment and Self-Adjustment in Pesantren. *Journal of Islamic Education Studies*, 7(3), 45–58.
- Sugeng. (2014). Validitas dan Reliabilitas dalam Penelitian. In *Metode Penelitian Pendidikan Matematika*.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono, & Sudaryono, A. (2021). Metode Penelitian Pendidikan BT - Metode Penelitian Pendidikan. *Pustaka Setia*, 15–25.
<https://doi.org/10.1234/metodepenelitian.2021>
- Thompson, C. M., & Mazer, J. P. (2008). College dukungan teman sebaya and academic success: Examining the role of peer relationships in higher education. *Journal of College Student Development*, 49(6), 589–604.
- Turkpour, A., & Mehdinezhad, V. (2016). Social support, academic support, and adaptation to college : exploring to relationship between indicators of college students. *New Educational Reports*, 44(2), 84–95.
- Widyawati, K., Sutja, A., & Sarman, F. (2023). Pengaruh Lingkungan Teman Sebaya terhadap Penyesuaian Akademik Siswa Kelas IX di SMP Negeri 1 Muaro Jambi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 134–142.
<https://doi.org/10.31004/jptam.v7i1.5272>
- Zahrah, R., Lubis, L., & Sitorus, M. (2025). Islamic Guidance and Counseling Practices for Strengthening Penyesuaian diri santri: A Multisite Study in Urban Modern Pesantren of Medan. *Jurnal Pendidikan Islam*, 14(2), 209–224.

LAMPIRAN

A. Angket Penelitian

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

1. Bacalah setiap pernyataan dengan cermat sebelum menjawab
2. Beri tanda centang (✓) pada kolom di sebelah kanan sesuai dengan kondisi yang paling menggambarkan diri Anda saat ini
3. Tidak terdapat jawaban benar maupun salah. Setiap jawaban yang diberikan dianggap benar. Pilihan jawaban yang tersedia adalah:

STS = Sangat Tidak Sesuai

TS = Tidak Sesuai

S = Sesuai

SS = Sangat Sesuai

Contoh:

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Hari ini saya bersemangat menjalani kegiatan			✓	

Jika pernyataan sesuai dengan diri saudara/I, maka silakan berikan tanda check list (✓) pada kolom S.

SKALA 1 : Penyesuaian diri santri

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Saya tahu tujuan saya masuk pesantren				
2	Saya mengetahui konsekuensi bila tidak mengikuti peraturan di pesantren				
3	Saya memiliki kemampuan dalam berprestasi untuk menjadi sukses saat berada di pesantren				
4	Saya berusaha untuk mengatasi kekurangan yang ada pada diri saya saat berada di pesantren				
5	Saya senang bila ada teman yang memuji kemampuan saya saat berada di pesantren				
6	Saya sulit menjalin komunikasi dengan teman-teman di pesantren				
7	Peraturan di pesantren membuat saya tersiksa				
8	Saat menemui suatu masalah di pesantren, saya merasa dunia seperti kiamat				
9	Saya sulit menentukan tujuan hidup saya saat berada di pesantren				
10	Saya yakin setiap masalah ada jalan keluarnya				
11	Saya mampu mengekspresikan perasaan dalam keadaan bahagia ataupun marah				
12	Saya suka menunjukkan kemampuan saya di depan umum				
13	Saat di pesantren, bila saya mendapatkan hasil yang tidak memuaskan dalam pelajaran, saya akan berusaha untuk				

	mendapatkan hasil yang lebih baik lagi				
14	Saya masih belum mengetahui potensi yang saya miliki saat berada di pesantren				
15	Saya menyapa mereka ketika bertemu dengan guru atau teman di pesantren				
16	Saya merasa nyaman berkumpul dengan teman-teman yang berada di pesantren				
17	Teman-teman yang berada di pesantren tidak mau berteman dengan saya				
18	Saya akan marah bila ada teman yang menyinggung perasaan saya saat berada di pesantren				
19	Teman-teman di pesantren baik dan perhatian kepada saya				
20	Jika kesal, saya akan bertindak sesuka hati tanpa mempedulikan kondisi sekitar pesantren				
21	Saya kurang dapat bergaul dengan siapapun yang berada di pesantren				
22	Saat ada waktu luang, saya lebih suka menyendiri daripada berkumpul dengan teman-teman di pesantren				
23	Saat saya sakit, teman-teman pesantren banyak yang menjenguk				

SKALA 2 : Modal psikologis

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Saya akan menemukan cara untuk menyelesaikan permasalahan saya sebagai santri				
2	Saat ini saya ingin mencapai tujuan belajar yang telah saya tentukan sendiri				
3	Ada banyak cara yang bisa saya lakukan untuk mengatasi masalah dalam belajar saya				
4	Saat ini saya merasa cukup berhasil dalam kegiatan belajar				
5	Saya bisa memikirkan banyak cara untuk mencapai tujuan belajar saya saat ini				
6	Saat ini saya sudah mencapai tujuan belajar yang telah saya tentukan sendiri				
7	Saya percaya diri bisa ikut berbicara saat berdiskusi dengan teman.				
8	Saya percaya diri untuk mencari solusi ketika menghadapi masalah dalam belajar				
9	Saya merasa percaya diri saat mengikuti kegiatan-kegiatan yang berhubungan dengan belajar				
10	Saya merasa percaya diri dalam menentukan target belajar saya				
11	Saya merasa percaya diri untuk menghubungi santri lain ketika ingin mendiskusikan suatu masalah				
12	Saya merasa percaya diri dalam menyampaikan informasi yang saya dapat kepada santri lain				
13	Saya bisa tetap tenang ketika menghadapi hal-hal yang membuat saya stres dalam belajar				
14	Saya mampu menghadapi berbagai masalah yang berkaitan dengan belajar				

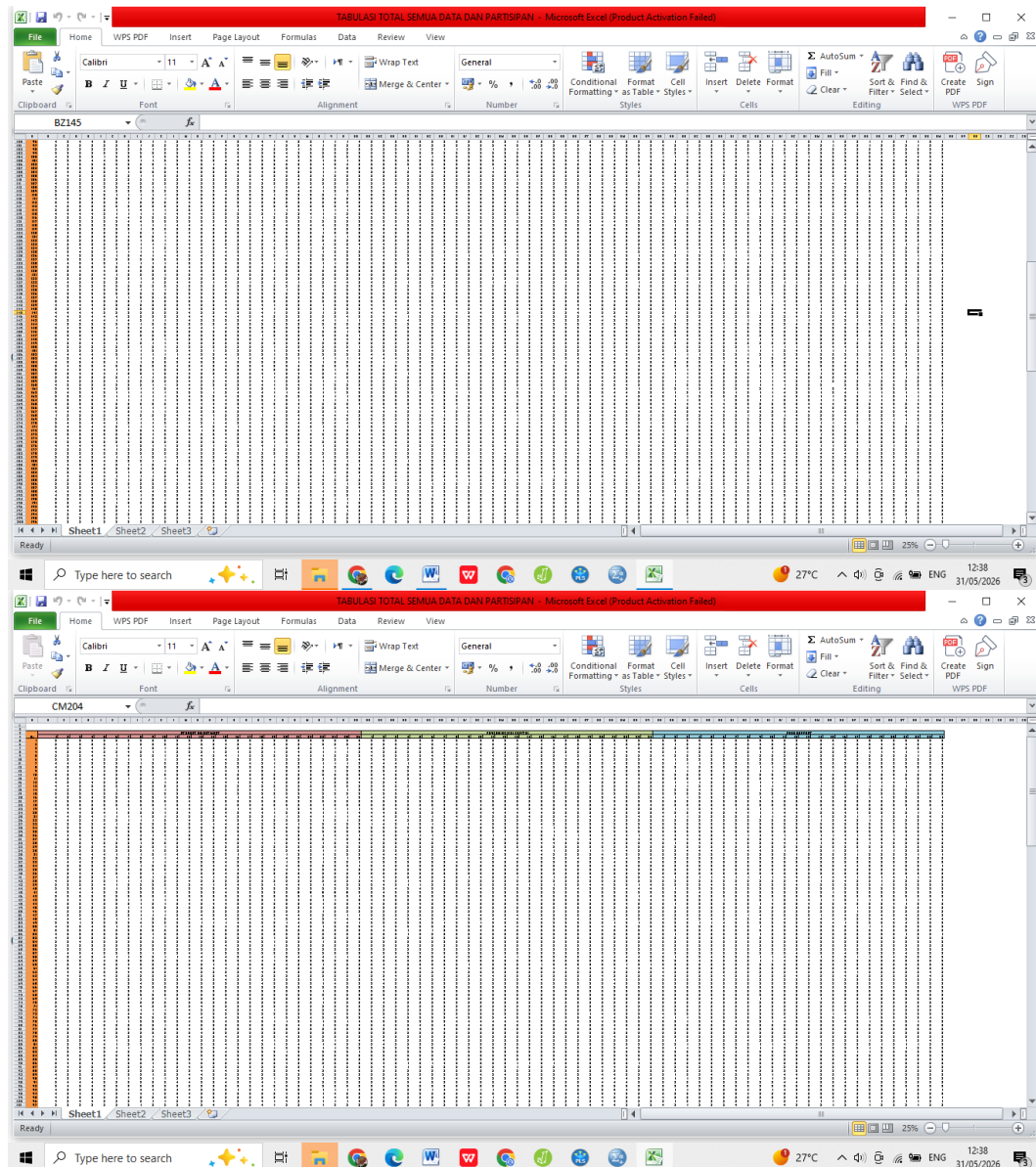
15	Saya bisa mengatasi kesulitan dalam belajar karena saya sudah pernah mengalami dan melewati kesulitan sebelumnya				
16	Saya bisa menyelesaikan masalah belajar saya sendiri				
17	Saya mampu mengatasi kesulitan dalam belajar dengan berbagai cara				
18	Ketika saya mengalami kemunduran dalam belajar, saya mampu bangkit dan melanjutkan lagi				
19	Saya yakin dengan kemampuan belajar saya				
20	Ketika ada hal-hal yang belum pasti bagi saya sebagai santri, saya biasanya tetap berharap yang terbaik				
21	Saya percaya bahwa dalam setiap situasi yang buruk, selalu ada kemungkinan hal baik yang bisa terjadi				
22	Saya selalu berusaha melihat sisi positif dari kegiatan belajar saya				
23	Kegiatan belajar saya berjalan sesuai dengan yang saya harapkan				
24	Saya optimis dengan apa yang akan terjadi pada saya di masa depan terkait pendidikan				

SKALA 3 : Dukungan teman sebaya

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Saya memiliki teman yang dapat membantu saya ketika saya membutuhkan pertolongan				
2	Saya merasa tidak memiliki hubungan yang dekat dengan teman-teman saya				
3	Ketika saya merasa tertekan, tidak ada teman yang dapat memberikan nasihat kepada saya				
4	Teman-teman saya tidak melihat saya sebagai pribadi yang memiliki kualitas				
5	Saya merasa menjadi bagian dari kelompok teman yang memiliki minat yang sama dengan saya				
6	Teman-teman tidak menghargai kemampuan dan keterampilan yang saya miliki				
7	Jika terjadi hal yang tidak menyenangkan, tidak ada teman yang bersedia membantu saya				
8	Saya memiliki hubungan yang akrab dengan teman-teman saya				
9	Ada teman yang dapat saya ajak berbicara mengenai keputusan penting dalam hidup saya				
10	Teman-teman mengakui kemampuan serta keterampilan yang saya miliki				
11	Tidak ada teman yang memiliki minat yang sama dengan saya				
12	Kebahagiaan teman-teman saya tidak bergantung kepada saya				
13	Ada teman yang saya percayai untuk memberikan nasihat ketika saya mempunyai masalah				
14	Ketika saya membutuhkan bantuan, tidak ada teman yang dapat saya minta pertolongan				
15	Saat menghadapi masalah, tidak ada teman yang membuat saya nyaman untuk membicarakan masalah tersebut				
16	Teman-teman memuji bakat dan kemampuan yang saya miliki				

17	Saya merasa kurang akrab dengan teman-teman saya				
18	Tidak ada teman yang senang melakukan kegiatan yang sama seperti yang saya lakukan				
19	Ada teman yang dapat membantu saya ketika berada dalam keadaan darurat				
20	Teman-teman tidak membutuhkan kepedulian saya terhadap mereka				

B. Tabulasi Data Sample



The screenshot displays a Microsoft Excel spreadsheet with a large data table. The table has 32 columns, labeled A through AD, and 32 rows, numbered 1 through 32. The data is organized in a grid format. The Excel ribbon is visible at the top, showing various tabs and options. The status bar at the bottom indicates the spreadsheet is 'Ready' and shows a search bar and system icons.

D. Hasil Pembentuk Variabel Penyesuaian Diri Santri

The screenshot displays a Microsoft Excel spreadsheet with the following details:

- Title Bar:** TABELAS TOTAL SEMUA DATA DAN PARTISIPAN - Microsoft Excel (Product Activation Failed)
- Ribbon:** File, Home, Insert, Layout, Formulas, Data, Review, View
- Columns:** Labeled A through AD. Columns A, B, C, D, E, F, G, H, I, J, K, L, M, N, O, P, Q, R, S, T, U, V, W, X, Y, Z, AA, AB, AC, AD are visible. Columns A, B, C, D, E, F, G, H, I, J, K, L, M, N, O, P, Q, R, S, T, U, V, W, X, Y, Z, AA, AB, AC, AD are highlighted in red.
- Rows:** Numbered 1 to 333. Rows 1 to 333 are visible. Rows 1 to 333 are highlighted in red.
- Data:** The spreadsheet contains numerical data. Notable values include:
 - Row 1: 1054, 6067, 1014, 2731, 1107, 6584, 1164, 1004, 3124, 8392, 1063, 6447, 1617, 4584, 43007, 1021, 247, 655, 561, 3330, 1004, 1000, 550, 8317, 1207, 161, 852, 1548, 20000
 - Row 2: 0,1564, 165, 0,1862, 225, 0,2524, 17, 100
- Status Bar:** Shows the active cell as B1, the formula bar as =VARIABEL X, and the sheet name as Sheet3.

E. Hasil Pembentuk Variabel Dukungan Teman Sebaya

H. Hasil Uji Validitas Skala Penyesuaian diri santri

L. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		323
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0474530
	Std. Deviation	4.59513405
Most Extreme Differences	Absolute	.049
	Positive	.038
	Negative	-.049
Test Statistic		.049
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.055
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^d	Sig.	.056
	99% Confidence Interval	Lower Bound .050
		Upper Bound .061

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 299883525.

M. Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Student Adjustment * Psychological Capital	Between Groups	(Combined)	5355.835	43	124.554	4.135	<.001
		Linearity	3977.102	1	3977.102	132.038	<.001
		Deviation from Linearity	1378.733	42	32.827	1.090	.334
	Within Groups		8403.750	279	30.121		
	Total		13759.585	322			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Student Adjustment * Peer Support	Between Groups	(Combined)	5814.788	42	138.447	4.879	<.001
		Linearity	4486.217	1	4486.217	158.109	<.001
		Deviation from Linearity	1328.571	41	32.404	1.142	.265
	Within Groups		7944.797	280	28.374		
	Total		13759.585	322			

N. Hasil Uji Multikolinieritas

Coefficients ^a								
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients			Collinearity Statistics	
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.	Tolerance	VIF
1	(Constant)	24.849	2.554		9.730	.000		
	Modal psikologis	.332	.032	.422	10.354	.000	.953	1.049
	Dukungan teman sebaya	.360	.031	.477	11.710	.000	.953	1.049

a. Dependent Variable: Penyesuaian diri santri

O. Hasil Uji Heterokedastisitas

Coefficients ^a						
			Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	5.306	1.788		2.967	.003
	Modal psikologis	.043	.023	.120	1.838	.067
	Penyesuaian diri santri	-.016	.035	-.037	-.471	.638
	Dukungan teman sebaya	-.063	.023	-.187	-2.784	.074

a. Dependent Variable: ABS_RES

P. Hasil Uji Hipotesis

Descriptive Statistics								
	N	Range	Minimum	Maximum	Mean		Std. Deviation	Variance
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic	Statistic
Psychological Capital	323	51	41	92	70.08	.461	8.290	68.717
Student Adjustment	323	42	44	86	68.82	.364	6.537	42.732
Peer Support	323	56	23	79	57.33	.483	8.686	75.440
Valid N (listwise)	323							

Q. Hasil Kategori Modal Psikologis

		KATEGORI			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	2	.6	.6	.6
	Sedang	179	55.4	55.4	56.0
	Tinggi	142	44.0	44.0	100.0
	Total	323	100.0	100.0	

R. Hasil Kategori Penyesuaian diri santri

		KATEGORI			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	1	.3	.3	.3
	SEDANG	141	43.7	43.7	44.0
	TINGGI	181	56.0	56.0	100.0
	Total	323	100.0	100.0	

S. Hasil Kategori Dukungan teman sebaya

		KATEGORI			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	9	2.8	2.8	2.8
	SEDANG	188	58.2	58.2	61.0
	TINGGI	126	39.0	39.0	100.0
	Total	323	100.0	100.0	

T. Hasil Uji Regresi Linier Berganda

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.711 ^a	.506	.503	4.60866

a. Predictors: (Constant), Peer Support, Psychological Capital

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	6962.864	2	3481.432	163.911	.000 ^b
	Residual	6796.721	320	21.240		
	Total	13759.585	322			

a. Dependent Variable: Penyesuaian diri santri

b. Predictors: (Constant), Dukungan teman sebaya, Modal psikologis

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	24.220	2.521		9.606	.000
	Modal psikologis	.343	.032	.435	10.798	.000
	Dukungan teman sebaya	.359	.030	.477	11.856	.000

a. Dependent Variable: Penyesuaian diri santri

U. Hasil Uji Analisis Moderasi Proses Hayes

Run MATRIX procedure:

Copyright 2013-2025 by Andrew F. Hayes. ALL RIGHTS RESERVED.
This version of PROCESS requires SPSS version 26 or later
Workshop schedule available at haskayne.ucalgary.ca/CCRAM
In SPSS 29 and later, change default output font to Courier New for
tidier
output. More information about PROCESS at processmacro.org/faq.html.
This beta release has not been completely tested. Use at your own risk.

***** PROCESS Procedure for SPSS Version 5.0

Written by Andrew F. Hayes, Ph.D. www.afhayes.com
Documentation available in Hayes (2022). www.guilford.com/p/hayes3

*

Model: 1
Y: Student_
X: Pscholog
W: Peer_Sup

Sample
Size: 323

*

OUTCOME VARIABLE:
Student_

Model Summary

	R	R-sq	MSE	F	df1	df2
P	,7128	,5081	21,2179	109,8300	3,0000	319,0000
,0000						

Model

	coeff	se	t	p	LLCI
ULCI					
constant	68,8774	,2610	263,8845	,0000	68,3638
69,3909					
Pscholog	,3388	,0319	10,6235	,0000	,2761
,4015					
Peer_Sup	,3599	,0303	11,8857	,0000	,3003
,4194					
Int_1	-,0037	,0032	-1,1532	,2497	-,0099
,0026					

Product terms key:

Int_1 : Pscholog x Peer_Sup

Test(s) of highest order unconditional interaction(s):

	R2-chng	F	df1	df2	p
X*W	,0021	1,3298	1,0000	319,0000	,2497

Focal predict: Pscholog (X)
Mod var: Peer_Sup (W)

Data for visualizing the conditional effect of the focal predictor:
 Paste text below into a SPSS syntax window and execute to produce plot.

```
DATA LIST FREE/
  Pscholog  Peer_Sup  Student_  .
BEGIN DATA.
  -8,0836   -9,3313   62,5037
  -,0836    -9,3313   65,4882
  8,0764    -9,3313   68,5323
  -8,0836    ,6687    66,3991
  -,0836     ,6687    69,0899
  8,0764     ,6687    71,8345
  -8,0836    8,6687    69,5155
  -,0836     8,6687    71,9713
  8,0764     8,6687    74,4763
END DATA.
GRAPH/SCATTERPLOT=
  Pscholog WITH      Student_ BY      Peer_Sup .

***** ANALYSIS NOTES AND ERRORS *****

Level of confidence for all confidence intervals in output:
  95,0000

NOTE: The following variables were mean centered prior to analysis:
      Peer_Sup Pscholog

WARNING: Variables names longer than eight characters can produce
incorrect output
when some variables in the data file have the same first eight
characters. Shorter
variable names are recommended. By using this output, you are accepting
all risk
and consequences of interpreting or reporting results that may be
incorrect.

----- END MATRIX -----
```

V. Transkrip Wawancara

No.	Subjek	Jenis Kelamin	Kategori	Tanggal	Durasi
1	AM	Perempuan	Modal psikologis tinggi dan dukungan teman sebaya tinggi	7 Mei 2026	40 menit
2	AAS	Laki laki	Modal psikologis tinggi dan dukungan teman sebaya rendah	5 Mei 2026	52 menit
3	A	Laki laki	Modal psikologis rendah dan dukungan teman sebaya tinggi	7 Mei 2026	48 menit
4	AR	Perempuan	Modal psikologis rendah dan dukungan teman sebaya rendah	8 Mei 2026	60 menit

SUBJEK 1: AM

Kategori: Modal psikologis tinggi dan dukungan teman sebaya tinggi

Tanggal wawancara: 7 Mei 2026

Metode: Tatap muka

Durasi: 40 menit

Peneliti: Assalamu'alaikum. Terima kasih sudah bersedia mengikuti wawancara ini. Sebelum mulai, apakah kamu merasa cukup nyaman untuk bercerita?

AM: Wa'alaikumussalam. Iya kak, saya nyaman. Inshaallah saya bisa cerita.

Peneliti: Baik. Saya ingin mulai dari keputusan kamu masuk pondok. Sebenarnya siapa yang pertama kali menginginkan kamu mondok?

AM: Saya sendiri yang pengen mondok, kak. Jadi bukan karena dipaksa. Orang tua juga mendukung dan mengarahkan saya ke pondok ini.

Peneliti: Apa yang membuat kamu memilih pondok ini, bukan pondok lain?

AM: Kebetulan pondok ini dekat dengan rumah saudara, kak. Jadi orang tua juga merasa lebih tenang karena masih ada keluarga yang lokasinya dekat.

Peneliti: Selain karena dekat dengan keluarga, apakah ada hal lain yang membuat kamu semakin yakin?

AM: Ada, kak. Waktu saya tahu di sini ada program takhassus Al Qur'an, saya jadi tambah senang dan lebih yakin.

Peneliti: Mengapa program itu penting untuk kamu?

AM: Soalnya waktu di MI saya juga ikut program tahfidz. Saya sudah terbiasa dengan hafalan, jadi saya merasa program di sini cocok dengan keinginan saya.

Peneliti: Berarti sejak awal kamu sudah punya gambaran bahwa di pondok ini kamu bisa melanjutkan hafalan?

AM: Iya, kak. Awalnya saya berpikir kegiatan di sini lebih banyak hafalan Al Qur'an dan pelajaran sekolah biasa.

Peneliti: Ketika pertama kali benar benar tinggal di pondok, apakah kenyataannya sama dengan bayanganmu?

AM: Tidak sepenuhnya sama, kak. Di awal saya malah bingung karena ternyata semua harus dilakukan sendiri.

Peneliti: Bagian apa yang paling membuat kamu bingung?

AM: Saya biasanya selalu dibantu orang tua. Tiba tiba saya harus mengurus kebutuhan sendiri, mengikuti jadwal sendiri, dan saya juga belum kenal siapa pun di pondok.

Peneliti: Apa yang kamu rasakan ketika belum mengenal siapa pun?

AM: Saya merasa kesepian, kak. Rasanya berbeda sekali karena di rumah selalu ada orang tua dan keluarga.

Peneliti: Apakah kamu sempat menangis atau ingin pulang?

AM: Pernah, kak. Waktu awal mondok saya pernah menangis karena kangen rumah dan orang tua.

Peneliti: Saat rasa kangen itu muncul, apa yang biasanya kamu lakukan?

AM: Awalnya saya lebih banyak diam. Kadang saya ingat rumah terus, tetapi lama lama mulai terbiasa karena sudah punya teman.

Peneliti: Kapan kamu mulai merasa keadaan menjadi lebih ringan?

AM: Setelah saya mulai punya teman, kak. Ada teman untuk belajar, makan, ibadah, dan menjalani kegiatan bersama.

Peneliti: Apakah keberadaan teman membuat rasa sepi berkurang?

AM: Iya, sangat berkurang. Rasanya ada yang menemani terus, jadi saya tidak merasa sendirian seperti waktu pertama datang.

Peneliti: Selain masalah kemandirian dan kesepian, apakah ada kesulitan lain?

AM: Ada, kak. Saya sempat merasa ragu karena pelajarannya ternyata padat. Ada kurikulum KMI dan cukup banyak pelajaran yang harus dihafalkan.

Peneliti: Bagaimana reaksi kamu ketika mengetahui beban pelajarannya lebih banyak dari perkiraan?

AM: Saya keteteran, kak. Saya pernah menangis dan sedih karena rasanya kegiatan dan pelajaran padat sekali.

Peneliti: Apakah pada saat itu kamu pernah berpikir bahwa kamu tidak sanggup?

AM: Sempat ada rasa begitu, kak. Saya ragu apakah bisa membagi waktu dan mengikuti semuanya.

Peneliti: Lalu apa yang membuat kamu tetap mencoba?

AM: Saya sering melihat ukhti kakak kelas. Mereka bisa membagi waktu, tetap belajar, dan tetap mengikuti kegiatan. Dari situ saya berpikir saya juga harus belajar.

Peneliti: Jadi kamu menjadikan kakak kelas sebagai contoh?

AM: Iya, kak. Saya mengamati cara mereka menjalani kegiatan. Walaupun saya belum bisa seperti mereka, setidaknya saya punya gambaran.

Peneliti: Apa perubahan yang kamu lakukan setelah melihat mereka?

AM: Saya mulai berusaha mengikuti jadwal, tidak terlalu menunda pekerjaan, dan mencoba menjalani satu per satu.

Peneliti: Apakah sekarang semua sudah terasa mudah?

AM: Belum semuanya mudah, kak. Kadang masih ada pelajaran atau kegiatan yang terasa berat, tetapi saya jalani saja.

Peneliti: Ketika sedang sedih atau merasa berat, kepada siapa kamu biasanya bercerita?

AM: Saya biasanya cerita kepada teman, kak. Kadang mudabbiroh kamar juga menghibur saya.

Peneliti: Apa yang kamu rasakan setelah bercerita?

AM: Saya merasa lebih ringan dan tidak sendirian. Kadang teman juga mengalami hal yang sama, jadi kami saling menguatkan.

Peneliti: Apakah teman hanya membantu secara emosional atau juga dalam kegiatan sehari-hari?

AM: Dua-duanya, kak. Kami bisa belajar bersama, makan bersama, saling mengingatkan kegiatan, dan kalau ada yang sedih biasanya dihibur.

Peneliti: Selama tinggal di pesantren, perubahan apa yang paling kamu rasakan dalam diri kamu?

AM: Saya jadi lebih rajin salat, kak. Saya juga lebih sering salat di awal waktu. Itu beda sekali dengan ketika saya masih di rumah.

Peneliti: Menurut kamu, apa yang membuat perubahan itu terjadi?

AM: Karena di sini jadwalnya teratur dan lingkungan juga mengingatkan. Teman teman dan ustazah juga menjalankan kegiatan yang sama.

Peneliti: Kalau sekarang ditanya apakah sudah betah, bagaimana jawabanmu?

AM: Saya sudah betah, kak. Saya suka lingkungan, teman, dan ustazahnya. Menurut saya semuanya seru.

Peneliti: Apakah rasa kangen kepada orang tua sudah hilang?

AM: Belum hilang, kak. Saya tetap kangen karena ini tahun pertama saya jauh dari mereka. Tetapi rasa kangen itu sekarang tidak membuat saya ingin menyerah.

Peneliti: Apa yang paling membantu kamu bertahan sampai sekarang?

AM: Keinginan saya sendiri untuk mondok, program yang saya suka, teman teman, dan dukungan dari mudabbiroh. Itu membuat saya merasa bisa menjalani semuanya.

Peneliti: Bagaimana kamu melihat dirimu dibandingkan dengan saat pertama datang?

AM: Sekarang saya lebih berani dan lebih terbiasa mandiri. Dulu saya bingung dan sering merasa sendiri, sekarang saya sudah tahu harus melakukan apa.

Peneliti: Baik. Apakah ada hal lain yang ingin kamu sampaikan mengenai pengalaman menjadi santri baru?

AM: Menurut saya awal mondok memang berat, kak. Tetapi setelah punya teman dan mulai memahami kegiatan, rasanya bisa dijalani. Kangen rumah tetap ada, tetapi saya juga sudah senang di sini.

Peneliti: Terima kasih sudah bercerita dengan terbuka.

AM: Iya, kak. Sama sama.

SUBJEK 2: AAS

Kategori: Modal psikologis tinggi dan dukungan teman sebaya rendah

Tanggal wawancara: 5 Mei 2026

Metode: Tatap muka

Durasi: 52 menit

Peneliti: Assalamu'alaikum. Terima kasih sudah bersedia diwawancarai. Apakah kamu siap untuk mulai?

AAS: Wa'alaikumussalam. Iya kak, saya siap.

Peneliti: Saya ingin mengetahui alasan kamu memilih masuk pondok. Apakah keputusan itu berasal dari diri kamu sendiri?

AAS: Iya, kak. Saya sendiri yang ingin mondok.

Peneliti: Apa yang mendorong keinginan itu?

AAS: Dulu saya sekolah di MI, jadi saya ingin melanjutkan ke sekolah yang sama sama memiliki lingkungan keagamaan.

Peneliti: Apakah sebelumnya kamu sudah pernah mengenal pondok ini?

AAS: Pernah, kak. Saya dulu pernah ikut lomba di pondok ini.

Peneliti: Apa kesanmu ketika datang untuk mengikuti lomba tersebut?

AAS: Saya melihat mas dan mbak santri di sini hebat. Cara mereka berbicara dan sikapnya membuat saya tertarik untuk sekolah di sini.

Peneliti: Jadi pengalaman melihat santri senior membuat kamu mempunyai gambaran tentang diri yang ingin kamu capai?

AAS: Iya, kak. Saya ingin bisa seperti mereka dan belajar lebih banyak tentang agama.

Peneliti: Bagaimana perasaanmu pada hari pertama tinggal di pondok?

AAS: Saya sedikit sedih, kak. Saya terbiasa bersama orang tua, kemudian di pondok semua harus saya lakukan sendiri.

Peneliti: Apa yang paling terasa berbeda dibandingkan kehidupan di rumah?

AAS: Di rumah saya tidak terlalu terjadwal dan bisa bermain sesuka hati. Di sini semua ada waktunya dan kegiatannya padat.

Peneliti: Apakah kepadatan kegiatan itu membuat kamu kaget?

AAS: Iya, kak. Saya kaget dan harus menyesuaikan diri. Kadang saya juga merasa capek dan bingung membagi waktu.

Peneliti: Ketika merasa capek dan bingung, apakah kamu pernah ingin berhenti mondok?

AAS: Ada rasa berat, tetapi saya selalu ingat tujuan saya. Saya sangat ingin menjadi ustaz.

Peneliti: Mengapa cita cita menjadi ustaz begitu penting untukmu?

AAS: Saya ingin mendapatkan ilmu agama yang banyak, kak. Saya berpikir bagaimana saya bisa menjadi ustaz kalau saya sendiri tidak kuat menjalani pondok.

Peneliti: Apa yang kamu katakan kepada diri sendiri ketika sedang merasa tidak kuat?

AAS: Saya bilang kepada diri sendiri bahwa saya harus bisa. Banyak orang bisa mondok, lulus, lalu menjadi orang hebat. Mereka mungkin dulu juga mengalami kesulitan.

Peneliti: Apakah pemikiran itu membuat kamu lebih tenang?

AAS: Iya, kak. Saya jadi punya tekad untuk bangkit dan tidak terus memikirkan rasa capek.

Peneliti: Selain kegiatan yang padat, bagaimana pengalamanmu dalam berteman pada masa awal mondok?

AAS: Saya sulit berteman, kak. Saya takut memulai percakapan.

Peneliti: Apa yang kamu takutkan ketika ingin mengajak teman berbicara?

AAS: Saya takut dibilang sok akrab atau sok asyik. Jadi saya lebih memilih diam.

Peneliti: Kalau sedang sedih dan tidak punya teman untuk bercerita, apa yang kamu lakukan?

AAS: Saya sering menyendiri. Kadang saya duduk di tangga, pergi ke masjid, ke kelas, atau diam di kamar.

Peneliti: Saat menyendiri, apa yang biasanya kamu pikirkan?

AAS: Saya memikirkan rumah, orang tua, dan kesulitan yang saya alami. Kadang saya juga memikirkan hafalan yang belum selesai.

Peneliti: Apakah ada kesulitan khusus dalam pelajaran?

AAS: Ada, kak. Hafalan kadang sulit. Saya juga perlu menyesuaikan penggunaan bahasa Arab dan bahasa Inggris dalam kegiatan harian.

Peneliti: Apa yang kamu lakukan ketika kesulitan itu membuatmu sedih?

AAS: Dulu saya lebih sering diam dan menahan sendiri. Saya bingung harus cerita kepada siapa.

Peneliti: Apakah kamu pernah mencoba bercerita kepada teman sekamar?

AAS: Pada awalnya belum, kak. Saya belum dekat dengan mereka dan masih takut memulai.

Peneliti: Lalu kepada siapa kamu menyampaikan keluhanmu?

AAS: Saya biasanya menunggu waktu penjengukan, baru cerita kepada orang tua.

Peneliti: Bagaimana respons orang tua ketika kamu bercerita?

AAS: Mereka menguatkan saya supaya tetap belajar dan bertahan. Saya jadi ingat lagi alasan saya masuk pondok.

Peneliti: Apakah ada perubahan dalam hubunganmu dengan teman setelah beberapa waktu?

AAS: Ada, kak. Setelah UTS semester satu saya mulai punya teman.

Peneliti: Bagaimana prosesnya sampai kamu mulai berinteraksi dengan mereka?

AAS: Saya mulai ikut belajar bersama dan bermain bersama. Lama lama saya tidak terlalu takut untuk berbicara.

Peneliti: Apakah sekarang kamu masih sering menyendiri seperti pada awal mondok?

AAS: Tidak sesering dulu, kak. Sekarang saya lebih sering berinteraksi dengan teman.

Peneliti: Apa yang berubah dalam perasaanmu setelah mempunyai teman?

AAS: Saya lebih nyaman. Kalau ada kegiatan atau pelajaran, rasanya tidak menjalani semuanya sendiri.

Peneliti: Walaupun dukungan teman sebaya kamu pada awalnya terbatas, kamu tetap bertahan. Menurutmu apa sumber kekuatan utama kamu?

AAS: Tujuan saya untuk menjadi ustaz, kak. Saya juga yakin masa sulit ini bisa dilewati.

Peneliti: Bagaimana kamu memandang lingkungan pesantren sekarang?

AAS: Saya suka suasananya. Lingkungan agamanya bagus dan saya melihat adab orang-orang di sini juga baik.

Peneliti: Apakah hal itu membuat kamu semakin ingin bertahan?

AAS: Iya, kak. Saya ingin mendalami agama dan belajar adab yang baik.

Peneliti: Apa perubahan terbesar dari dirimu sejak awal sampai sekarang?

AAS: Dulu saya takut memulai percakapan dan sering sendiri. Sekarang saya sudah mulai punya teman, belajar bersama, dan bermain bersama.

Peneliti: Apakah kamu masih mengalami kesulitan dalam mengatur waktu?

AAS: Masih kadang-kadang, kak. Kegiatannya tetap padat, tetapi sekarang saya lebih tahu urutannya dan lebih terbiasa.

Peneliti: Ketika mengalami kegagalan atau kesulitan hafalan, bagaimana kamu merespons sekarang?

AAS: Saya mencoba mengingat bahwa saya harus mendapatkan ilmu. Saya berusaha mengulang dan tidak langsung menyerah.

Peneliti: Apakah kamu merasa sudah betah?

AAS: Sekarang lebih betah dibandingkan awal, kak. Saya mulai menikmati suasana dan punya teman.

Peneliti: Apakah rasa rindu kepada orang tua masih ada?

AAS: Masih ada, tetapi sekarang saya bisa menahannya. Saya juga tahu nanti ada waktu penjengukan.

Peneliti: Apa pesan yang ingin kamu sampaikan kepada santri baru yang sulit berteman?

AAS: Mungkin jangan terlalu takut untuk memulai, kak. Saya dulu takut dibilang sok akrab, tetapi setelah mulai berinteraksi ternyata bisa punya teman.

Peneliti: Jika kamu melihat kembali masa awal mondok, apa yang paling kamu pelajari?

AAS: Saya belajar bahwa rasa sedih dan kesulitan itu bisa berubah. Awalnya saya sendiri, tetapi setelah dijalani saya mulai terbiasa.

Peneliti: Apakah cita cita menjadi ustaz masih sama kuatnya?

AAS: Masih, kak. Justru sekarang saya semakin ingin belajar karena melihat lingkungan agama di sini.

Peneliti: Baik. Terima kasih sudah memberikan jawaban dengan jujur dan lengkap.

AAS: Iya, kak. Sama sama.

SUBJEK 3: A

Kategori: Modal psikologis rendah dan dukungan teman sebaya tinggi

Tanggal wawancara: 7 Mei 2026

Metode: Tatap muka

Durasi: 48 menit

Peneliti: Assalamu'alaikum. Terima kasih sudah bersedia bercerita. Apakah kamu siap mengikuti wawancara?

A: Wa'alaikumussalam. Iya kak, siap.

Peneliti: Saya ingin mulai dari rencana sekolahmu setelah lulus SD. Saat itu kamu sebenarnya ingin melanjutkan ke mana?

A: Saya ingin mondok di Lirboyo Kediri, kak.

Peneliti: Lalu bagaimana akhirnya kamu masuk ke pondok ini?

A: Orang tua memasukkan saya ke sini. Saya tidak suka karena bukan pondok yang saya bayangkan.

Peneliti: Apa perasaanmu ketika mengetahui keputusan orang tua tersebut?

A: Saya marah dan kecewa, kak. Awal mondok saya juga tidak betah.

Peneliti: Apa yang membuat pondok ini berbeda dari bayanganmu?

A: Menurut saya suasananya sepi dan pelajarannya banyak menggunakan kurikulum KMI. Saya tidak pernah membayangkan sebelumnya.

Peneliti: Apakah kamu sempat menyampaikan kekecewaan itu kepada orang tua?

A: Iya, kak. Saya sempat marah kepada orang tua.

Peneliti: Walaupun marah, apakah kamu tetap merindukan mereka ketika tinggal di pondok?

A: Tetap kangen, kak. Saya juga kangen teman teman SD.

Peneliti: Kamu sebelumnya tinggal di Batam. Apakah perbedaan lingkungan juga memengaruhi proses adaptasimu?

A: Iya, kak. Suasananya berbeda jauh dari Batam, jadi saya merasa harus beradaptasi banyak sekali.

Peneliti: Selain suasana, apa tantangan akademik yang paling berat?

A: Hafalannya banyak. Saya juga kesulitan bahasa Arab karena dulu saya sekolah di SD, bukan MI.

Peneliti: Bagaimana perasaanmu ketika melihat teman yang berasal dari MI lebih memahami bahasa Arab?

A: Saya merasa tertinggal, kak. Mereka sedikit sedikit sudah paham, sedangkan saya belum pernah belajar bahasa Arab.

Peneliti: Apakah perasaan tertinggal itu membuat kamu cemas?

A: Iya. Saya takut tidak bisa mendapatkan ranking karena saya sangat mengejar nilai.

Peneliti: Ketika merasa takut tidak bisa mengikuti pelajaran, apa yang biasanya kamu lakukan?

A: Kadang saya sedih dan memikirkan pelajaran itu terus. Tetapi kalau terlalu sedih, saya biasanya mencari teman untuk bermain.

Peneliti: Aktivitas apa yang biasa kamu lakukan bersama teman?

A: Main layangan, sepak bola, basket, atau kegiatan lain. Pokoknya saya bermain supaya pikiran tidak terlalu penuh.

Peneliti: Apakah kamu mempunyai banyak teman dekat?

A: Tidak banyak yang benar benar dekat, kak. Tetapi setidaknya ada teman yang bisa saya ajak bermain.

Peneliti: Apa yang kamu rasakan setelah bermain bersama mereka?

A: Saya merasa lebih enak. Sedihnya sedikit teralihkan.

Peneliti: Apakah kegiatan bermain di pondok cukup membantu kamu bertahan?

A: Iya, kak. Di sini masih ada waktu bermain dan kadang ada kegiatan seru, jadi saya tidak terus memikirkan rasa kecewa atau rindu.

Peneliti: Kalau rasa rindu kepada rumah muncul lagi, apakah bermain selalu menghilangkannya?

A: Tidak sepenuhnya, kak. Rindunya masih ada, tetapi setidaknya saya punya pengalihan.

Peneliti: Apa motivasi utama kamu untuk tetap tinggal di pondok sampai sekarang?

A: Orang tua berjanji saya menjalani tiga tahun dulu sampai MTs selesai. Saya tidak diperbolehkan pindah sekarang.

Peneliti: Bagaimana kamu memandang janji tersebut?

A: Saya jalani saja, kak. Saya menunggu sampai MTs selesai.

Peneliti: Berarti motivasimu lebih banyak berasal dari keputusan orang tua daripada keinginan pribadi?

A: Iya, kak. Saya belum sepenuhnya merasa ini pilihan saya.

Peneliti: Apakah ada hal positif yang kamu rasakan selama berada di pesantren?

A: Ada. Saya jadi lebih rajin salat dan tidak pernah meninggalkan salat.

Peneliti: Apakah perubahan dalam ibadah itu kamu sadari sejak awal?

A: Lama lama saya sadar, kak. Di sini jadwal salat teratur dan semua orang menjalankannya.

Peneliti: Apakah perubahan itu membuat pandanganmu terhadap pondok menjadi sedikit lebih positif?

A: Ada sisi positifnya, tetapi saya masih belum sepenuhnya betah.

Peneliti: Ketika kegiatan akademik terasa berat, apakah teman juga membantu dalam belajar?

A: Yang paling terasa buat saya teman untuk bermain, kak. Dengan bermain saya bisa lebih tenang dulu.

Peneliti: Apakah kamu pernah membandingkan dirimu dengan teman yang lebih siap secara akademik?

A: Sering, kak. Terutama teman dari MI yang sudah mengenal bahasa Arab. Saya jadi merasa harus mengejar.

Peneliti: Apa yang membuat kamu tetap mencoba walaupun merasa tertinggal?

A: Saya ingin tetap mendapatkan nilai yang baik. Saya juga tahu saya harus menyelesaikan sekolah di sini dulu.

Peneliti: Bagaimana keadaanmu sekarang dibandingkan dengan hari pertama mondok?

A: Sekarang lebih terbiasa, kak. Saya masih rindu dan kadang tidak suka dengan beberapa keadaan, tetapi tidak seperti awal yang sangat marah.

Peneliti: Apakah hubungan dengan orang tua sudah membaik setelah sempat marah?

A: Sudah lebih biasa, kak. Saya tetap mengikuti keputusan mereka.

Peneliti: Menurutmu, apa yang paling kamu butuhkan agar bisa lebih nyaman?

A: Saya butuh waktu untuk terbiasa dan teman untuk menjalani kegiatan. Kalau ada waktu bermain, saya merasa lebih ringan.

Peneliti: Apakah kamu merasa teman berperan penting dalam proses adaptasimu?

A: Iya, kak. Walaupun bukan teman dekat sekali, mereka membantu karena saya punya orang untuk bermain dan tidak sendirian.

Peneliti: Apa pelajaran yang kamu dapatkan selama menjadi santri baru?

A: Saya belajar menjalani hal yang awalnya tidak saya pilih. Saya juga jadi lebih rajin salat dan mulai terbiasa dengan kegiatan.

Peneliti: Apakah kamu masih berharap pindah setelah tiga tahun?

A: Saya masih menunggu nanti bagaimana, kak. Untuk sekarang saya jalani dulu sampai MTs selesai.

Peneliti: Baik. Terima kasih sudah menyampaikan pengalamanmu dengan terbuka.

A: Iya, kak. Sama sama.

SUBJEK 4: AR

Kategori: Modal psikologis rendah dan dukungan teman sebaya rendah

Tanggal wawancara: 8 Mei 2026

Metode: Tatap muka

Durasi: 60 menit

Peneliti: Assalamu'alaikum. Terima kasih sudah bersedia mengikuti wawancara. Apakah kamu merasa nyaman untuk bercerita secara terbuka?

AR: Wa'alaikumussalam. Iya kak, saya bisa cerita.

Peneliti: Saya ingin mulai dari alasan kamu masuk pondok ini. Apakah kamu sendiri yang memilih?

AR: Tidak, kak. Saya masuk sini karena dipaksa orang tua.

Peneliti: Apa yang membuat keputusan itu terasa berat untukmu?

AR: Rumah saya dekat sekali dari sini, bahkan dekat dengan ruang kelas. Saya merasa sebenarnya bisa sekolah biasa tanpa harus mondok.

Peneliti: Apakah orang tua pernah menjelaskan alasan mereka memilih pondok ini?

AR: Orang tua saya lulusan pondok ini, kak. Kakak saya juga mondok di sini, jadi mereka ingin saya ikut.

Peneliti: Bagaimana perasaanmu terhadap alasan tersebut?

AR: Saya tetap tidak suka. Saya merasa selalu dipaksa mengikuti pilihan mereka.

Peneliti: Sebelum masuk pondok, sekolah seperti apa yang kamu inginkan?

AR: Saya ingin sekolah di SMP favorit di kota, seperti beberapa teman SD saya.

Peneliti: Apakah kamu sering membandingkan sekolahmu sekarang dengan sekolah teman temanmu?

AR: Iya, kak. Kadang saya iri melihat mereka bisa sekolah di SMP favorit.

Peneliti: Kamu pernah mengatakan merasa sekolah di sini seperti mengalami penurunan. Bisa dijelaskan maksudnya?

AR: Saya merasa seperti turun dibandingkan sekolah SD saya dulu. Lingkungannya juga tidak sesuai dengan yang saya inginkan.

Peneliti: Apa yang paling membuatmu tidak nyaman dengan lingkungan pesantren?

AR: Saya tidak merasa cocok dengan teman teman dan juga tidak suka beberapa aturan di sini.

Peneliti: Bagaimana hubunganmu dengan teman sebaya?

AR: Saya tidak punya teman dekat. Ada teman untuk ngobrol biasa, tetapi tidak banyak.

Peneliti: Mengapa kamu merasa sulit menjadi dekat dengan mereka?

AR: Saya merasa kami tidak sejalan, kak. Saya tidak merasa satu cara berpikir atau satu gaya dengan mereka.

Peneliti: Apakah perbedaan itu membuat kamu menarik diri?

AR: Iya. Saya jadi tidak terlalu tertarik untuk dekat.

Peneliti: Ketika sedang suntuk atau tidak nyaman, apa yang biasanya kamu lakukan?

AR: Saya sering pulang ke rumah tanpa izin, kak.

Peneliti: Apa yang kamu cari ketika pulang ke rumah?

AR: Saya ingin keluar sebentar dari pondok dan merasa lebih nyaman di rumah.

Peneliti: Seberapa sering hal itu terjadi?

AR: Sering, kak. Karena rumah dekat, saya mudah pulang.

Peneliti: Apakah setelah pulang ke rumah kamu merasa masalahnya selesai?

AR: Tidak benar benar selesai. Setelah kembali ke pondok saya tetap merasa tidak suka.

Peneliti: Kalau ditanya apakah sudah betah, bagaimana jawabanmu?

AR: Biasa saja, kak. Saya tidak bisa bilang betah karena saya masih sering pulang ke rumah.

Peneliti: Selain teman, bagaimana hubunganmu dengan pengurus?

AR: Saya tidak suka beberapa ukhti pengurus. Menurut saya mereka judes dan cara memberi hukuman membuat saya kesal.

Peneliti: Apa yang kamu rasakan ketika mendapat hukuman?

AR: Saya sebel, kak. Saya merasa hukumannya kadang terlalu berat dan saya juga merasa dibicarakan.

Peneliti: Apakah hukuman membuat kamu lebih memahami aturan?

AR: Tidak selalu. Kadang saya justru semakin kesal dan kemudian melakukan kesalahan lagi.

Peneliti: Menurutmu, pendekatan seperti apa yang lebih bisa kamu terima?

AR: Saya ingin diberi penjelasan dan waktu untuk beradaptasi, bukan langsung dihukum atau dijadikan bahan pembicaraan.

Peneliti: Kamu juga menyebut ada ketidaknyamanan terhadap beberapa ustaz dan ustazah. Apa yang terjadi?

AR: Ada beberapa yang menurut saya terlalu sering bermain telepon genggam ketika pelajaran. Tidak semuanya, tetapi saya menjadi kesal melihatnya.

Peneliti: Apakah pengalaman itu memengaruhi keinginanmu untuk pindah sekolah?

AR: Iya, kak. Saya semakin ingin pindah ke SMP kota.

Peneliti: Pernahkah kamu menyampaikan keinginan pindah itu kepada orang tua?

AR: Saya sudah menunjukkan bahwa saya tidak suka, tetapi orang tua tetap ingin saya di sini.

Peneliti: Apa emosi yang paling sering muncul selama menjalani kehidupan di pondok?

AR: Kesal, bosan, dan merasa terpaksa. Kadang juga iri kepada teman teman lama.

Peneliti: Apakah kamu pernah merasa sedih atau kesepian?

AR: Ada, kak. Saya tidak punya teman dekat dan tidak merasa cocok dengan lingkungan.

Peneliti: Ketika merasa kesepian, apakah ada orang di pondok yang bisa kamu percaya untuk bercerita?

AR: Belum ada yang benar benar dekat. Saya hanya ngobrol biasa dengan beberapa teman.

Peneliti: Apakah kedekatan rumah membuat kamu lebih sulit membangun keterikatan dengan pondok?

AR: Mungkin iya, kak. Karena rumah sangat dekat, kalau tidak nyaman saya merasa lebih mudah pulang daripada bertahan di sini.

Peneliti: Bagaimana kamu melihat dirimu ketika mendapatkan hukuman berulang kali?

AR: Saya merasa semakin dicap sebagai anak yang sering salah. Itu membuat saya tambah tidak nyaman.

Peneliti: Apakah kamu merasa diberi kesempatan untuk memperbaiki diri?

AR: Kadang saya merasa belum, karena saya masih menyesuaikan diri tetapi langsung mendapat hukuman.

Peneliti: Walaupun banyak pengalaman yang tidak menyenangkan, apakah ada perubahan positif yang kamu akui?

AR: Ada satu, kak. Saya jadi lebih rajin salat.

Peneliti: Bagaimana kamu menyadari perubahan tersebut?

AR: Walaupun saya terpaksa di sini dan masih sering kena hukuman, saya sadar salat saya menjadi lebih teratur.

Peneliti: Apakah perubahan dalam ibadah itu membuat kamu melihat adanya manfaat dari lingkungan pesantren?

AR: Ada sisi positifnya di situ, kak. Tetapi untuk hal lain saya masih banyak merasa tidak nyaman.

Peneliti: Apakah ada kegiatan tertentu yang pernah membuatmu sedikit menikmati kehidupan di pondok?

AR: Belum ada yang benar benar membuat saya merasa betah. Saya masih lebih ingin sekolah di kota.

Peneliti: Bagaimana perasaanmu ketika melihat kakakmu juga tinggal di pondok yang sama?

AR: Saya tahu kakak bisa menjalani, tetapi itu tidak langsung membuat saya merasa cocok.

Peneliti: Apakah kamu merasa pilihan dan keinginanmu kurang didengar?

AR: Iya, kak. Saya merasa keputusan lebih banyak dibuat oleh orang tua.

Peneliti: Menurutmu, apa yang mungkin membantu kamu beradaptasi dengan lebih baik?

AR: Mungkin kalau saya punya teman dekat, pengurus lebih memahami, dan saya tidak langsung dihukum ketika masih belajar menyesuaikan diri.

Peneliti: Apakah kamu bersedia mencoba membangun hubungan dengan satu atau dua teman yang terasa cukup nyaman?

AR: Mungkin bisa dicoba, kak. Tetapi sekarang saya masih belum merasa dekat dengan siapa pun.

Peneliti: Bagaimana pandanganmu terhadap masa depanmu di pondok ini?

AR: Saya masih ingin pindah. Kalau tetap harus di sini, saya jalani, tetapi saya belum bisa bilang saya menerima sepenuhnya.

Peneliti: Apakah ada perbedaan antara dirimu pada awal masuk dan sekarang?

AR: Untuk rasa tidak sukanya masih ada. Tetapi saya lebih tahu kegiatan di sini dan salat saya menjadi lebih teratur.

Peneliti: Apa bagian paling sulit dari menjadi santri baru menurutmu?

AR: Harus mengikuti lingkungan yang bukan pilihan saya, menyesuaikan diri dengan teman, aturan, dan hukuman.

Peneliti: Ketika membayangkan kondisi yang lebih baik, apa yang kamu harapkan dari orang tua dan pihak pondok?

AR: Saya ingin didengar dan diberi kesempatan menjelaskan apa yang saya rasakan. Saya juga ingin pendekatan yang tidak membuat saya semakin kesal.

Peneliti: Apakah kamu memahami bahwa masa adaptasi membutuhkan waktu?

AR: Saya paham, kak. Tetapi saya juga ingin orang lain memahami bahwa saya belum langsung bisa cocok.

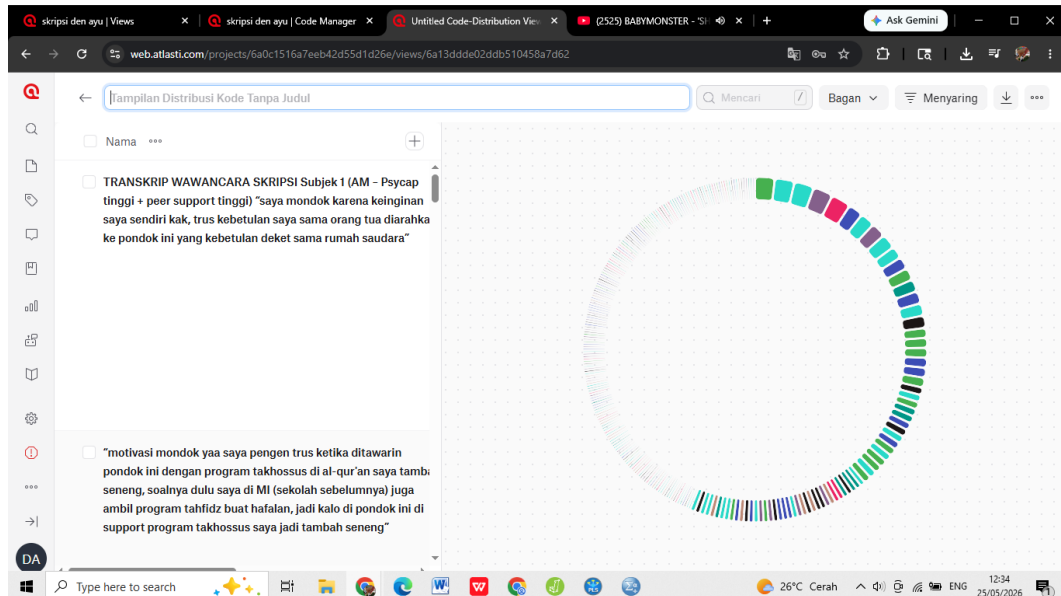
Peneliti: Ada hal lain yang ingin kamu sampaikan tentang pengalamanmu?

AR: Saya masih merasa terpaksa dan belum betah. Walaupun begitu, saya mengakui ada perubahan baik dalam salat saya.

Peneliti: Terima kasih sudah menceritakan pengalamanmu dengan jujur.

AR: Iya, kak.

W. Koding Data Kualitatif



X. Surat Izin Penelitian

Surat Mahasiswa

<https://apps-psikologi.uin-malang.ac.id/psychoApps/cetakPrasipsUser...>



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI**

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsi.uin-malang.ac.id

Nomor : 197/FPsi.1/PP.009/1/2026

30 Januari 2026

Hal : **IZIN OBSERVASI PRA SKRIPSI**

Kepada Yth.
Pengasuh Pondok Pesantren Al-Mawaddah Blitar
Jl. Masjid no 7, Desa Jiwud kecamatan Nglebok
Kabupaten Blitar
di Tempat

Assalamu 'alaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh.

Dengan hormat,
Sehubungan dengan akan dilaksanakannya proses penyusunan skripsi bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan izin melakukan kegiatan **observasi pra skripsi**, kepada:

Nama / NIM : SALMA NEHAYA SALSABILA / 220401110136
Judul Proposal : HUBUNGAN PSYCHOLOGICAL CAPITAL
TERHADAP STUDENT ADJUSTMENT DENGAN
PEER SUPPORT SEBAGAI MODERATOR
Dosen : 1. Dr. Muallifah, MA.
Pembimbing : 2. Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si., Psikolog

Tempat Observasi : Pondok Pesantren Al-Mawaddah Blitar
Tanggal Observasi : 01-02-2026 s.d 15-03-2026
Model Kegiatan : Offline

Demikian permohonan ini, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu 'alaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh.

a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,



Tembusan:
1. Wakil Dekan II dan III;
2. Ketua Prodi S1;
3. Kabag TU.



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI**

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsi.uin-malang.ac.id

Nomor : 602/FPsi.1/PP.009/4/2026

07 April 2026

Hal : **IZIN PENELITIAN SKRIPSI**

Kepada Yth.
Pengasuh PP Sulamul Huda
Jl. Kalimantan No.39, Siwalan 2, Siwalan, Kec.
Mlarak, Kabupaten Ponorogo, Jawa Timur 63472
di Tempat

Assalamu 'alaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh.

Dengan hormat,

Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian skripsi kepada:

Nama / NIM : SALMA NEHAYA SALSABILA/220401110136
Tempat Penelitian : PP Sulamul Huda
Judul Skripsi : PERAN PSYCHOLOGICAL CAPITAL TERHADAP
STUDENT ADJUSTMENT DENGAN PEET SUPPORT
SEBAGAI MODERATOR
Dosen Pembimbing : 1. Dr. Muallifah, MA.
2. Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si., Psikolog
Tanggal Penelitian : 01-04-2026 s.d 01-05-2026
Model Kegiatan : Offline

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu 'alaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh.

a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI**

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsi.uin-malang.ac.id

Nomor : 346/FPsi.1/PP.009/2/2026

20 Februari 2026

Hal : **IZIN PENELITIAN SKRIPSI**

Kepada Yth.
Pengasuh Pondok Pesantren Al-Islam
Jl Madura, Desa Joresan, Kecamatan Mlarak,
Kabupaten Ponorogo, Jawa Timur
di Tempat

Assalamu 'alaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh.

Dengan hormat,

Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian skripsi kepada:

Nama / NIM : SALMA NEHAYA SALSABILA/220401110136
Tempat Penelitian : Pondok Pesantren Al-Islam
Judul Skripsi : PERAN PSYCHOLOGICAL CAPITAL TERHADAP
STUDENT ADJUSTMENT DENGAN PEER SUPPORT
SEBAGAI MODERATOR
Dosen Pembimbing : 1. Dr. Muallifah, MA.
2. Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si., Psikolog
Tanggal Penelitian : 01-02-2026 s.d 30-04-2026
Model Kegiatan : Offline

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu 'alaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh.

a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI**

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: psi.uin-malang.ac.id

Nomor : 707/FPsi.1/PP.009/4/2026

20 April 2026

Hal : **IZIN PENELITIAN SKRIPSI**

Kepada Yth.
Direktur PP AL-ISLAM
Jl. Madura, Desa Joresan, Kecamatan Mlarak,
Kabupaten Ponorogo, Jawa Timur, kode pos 63472.
di Tempat

Assalamu 'alaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh.

Dengan hormat,

Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian skripsi kepada:

Nama / NIM : SALMA NEHAYA SALSABILA/220401110136
Tempat Penelitian : PP AL-ISLAM
Judul Skripsi : PERAN PSYCHOLOGICAL CAPITAL TERHADAP
STUDENT ADJUSTMENT DENGAN PEER SUPPORT
SEBAGAI MODERATOR
Dosen Pembimbing : 1. Dr. Muallifah, MA.
2. Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si., Psikolog
Tanggal Penelitian : 20-04-2026 s.d 31-05-2026
Model Kegiatan : Offline

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu 'alaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh.

a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,

