

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang Penelitian

Dalam kehidupan sehari-hari, setiap individu tidak lepas dari masalah dan tantangan. Sumber masalah dan tantangan setiap individu berasal dari banyak aspek, baik dalam aspek kehidupan pribadi, sosial, maupun karir. Masalah dan tantangan tersebut dapat membuat individu merasa terganggu baik secara kesehatan mental maupun secara keberfungsian diri. Tantangan dan masalah juga bisa terjadi pada semua kalangan termasuk salah satunya ialah mahasiswa.

Mahasiswa secara bahasa berasal dari kata maha (besar) dan siswa (murid). Mahasiswa dapat dikatakan sebagai murid yang besar, murid yang besar yang dimaksud ialah murid yang kelakuan serta perlakuannya berbeda dengan murid yang biasa, perbedaan yang paling mencolok ialah sikap mental, perilaku (*attitude*), serta aspek kemandirian (Ganda, 2004). Secara umum mahasiswa memiliki waktu atau jadwal yang dinamis. Hal ini merupakan sebuah fenomena sosial yang dimiliki mahasiswa. Sebab, penjadwalan tingkat perguruan tinggi berbeda dengan anak sekolah maupun orang dewasa yang bekerja. *Cuemath* dalam Manlan (2022) pernah menjabarkan mengenai aktivitas-aktivitas umum yang dilakukan mahasiswa ialah seperti mempelajari multidisiplin ilmu, mengerjakan tugas kuliah, merevisi bab, dan sebagainya. Namun faktanya sangat dinamis, karena setiap mahasiswa seakan memiliki jadwal serta rutinitas yang berbeda.

Tantangan-tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa berasal dari berbagai aspek, baik aspek internal maupun eksternal seperti, tekanan akademik, masalah pribadi, perubahan zaman, serta pengaruh lingkungan. Tak terkecuali pada mahasiswa yang bermukim di pondok pesantren atau disebut dengan mahasantri. Mahasantri ialah individu yang menetap dan menuntut ilmu agama di lingkungan pondok pesantren dan juga mengenyam perkuliahan di perguruan tinggi dalam waktu yang bersamaan. Mahasantri memiliki tanggung jawab untuk mengemban

perkuliahan dan kegiatan pondok, sehingga ada peran ganda jika dibandingkan dengan mahasiswa non-santri (Zahrah & Sukirno, 2022).

Selain itu, mahasantri juga dituntut untuk dapat menghadapi tantangan yang cukup kompleks. Sebagaimana sudah di paparkan di atas, Zahrah & Sukirno (2022) menyatakan bahwa mahasantri harus memikul peran ganda yaitu sebagai mahasiswa yang dituntut untuk dapat berprestasi secara akademik, dan juga sebagai santri yang harus melaksanakan kewajiban untuk melaksanakan kegiatan yang sudah di tetapkan pondok pesantren. Selain itu di dalam pondok pesantren dibiasakan untuk hidup sederhana, sehingga dengan adanya kebiasaan ini menjadikan para mahasantri memiliki keberanian untuk menghadapi situasi yang tidak menyenangkan. Tuntutan-tuntutan ini tidak jarang membuat para mahasantri merasakan stress, kelelahan, hingga penurunan motivasi belajar. Selain itu tidak sedikit dari para mahasantri merasakan kewalahan dalam mengatur waktu dan menyeimbangkan antar kedua peran tersebut (Radisti et al., 2023).

Pondok pesantren merupakan sebuah lembaga pendidikan non formal yang berasal dari masyarakat dan untuk masyarakat (Nasution, 2019). Keberadaan pondok pesantren berperan sebagai lembaga pendidikan dan lembaga sosial kemasyarakatan yang memberi corak tersendiri bagi masyarakat. Suyata dalam Nasution (2019) menyatakan bahwa pondok pesantren memiliki ciri khas yang menjadi pembeda dengan sekolah umum atau madrasah, yang diwarnai oleh karakteristik pribadi sang kyai, unsur-unsur kepemimpinan pesantren, bahkan aliran keagamaan tertentu yang dianut pondok pesantren tersebut.

Salah satu pondok pesantren yang eksis di wilayah Jawa Barat dan menjadi pilihan bagi mahasiswa yang ingin mondok namun tetap seimbang dengan akademik yaitu Pondok Pesantren Al-Wafa. Pondok pesantren ini berlokasi tepatnya di jl.Cibiru Hilir, Kecamatan Cileunyi Kabupaten Bandung dan berlokasi tidak terlalu jauh dari kampus yang ada di sekitarnya, seperti UIN Sunan Gunung Djati Bandung, Universitas Pendidikan Indonesia, dan beberapa kampus lainnya. Lingkungan di Pondok Pesantren Al-Wafa yang didominasi dengan udara yang segar dan tumbuhan hijau menjadi salah satu aspek yang mendukung ketertarikan

mahasiswa untuk mondok di Pondok Pesantren Al-Wafa. Selain itu, terdapat juga program harian dan program bulanan yang menjadi keunikan dari Pondok Pesantren Al-Wafa. Program bulanan yang menjadi keunikan di Pondok Pesantren Alwafa ini ialah terdapat program bimbingan bagi mahasantri di setiap bulannya, selain itu juga terdapat program bersedekah di setiap kamis malam atau program yang diistilahkan dengan nama Kamis Berkah.

Salah satu karakteristik dari mahasantri di Pondok Pesantren Al-Wafa ialah mahasantri yang berasal dari berbagai daerah di Indonesia dengan latar belakang pendidikan, bahasa, maupun budaya yang berbeda. Para mahasantri di Pondok Pesantren Al-Wafa berasal dari berbagai latar belakang yaitu mahasiswa regular dan juga mahasiswa penerima beasiswa. Adapun mahasiswa penerima beasiswa antara lain, mahasiswa Kartu Indonesia Pintar (KIP) dan Penerima Beasiswa Santri Berprestasi (PBSB) (Rahmah, 2024). Selain latar belakang pendidikan, bahasa, maupun budaya yang berbeda para mahasantri di Pondok Pesantren Al-Wafa ini juga diwarnai dengan pengalaman yang berbeda, dimana terdapat mahasantri yang sebelumnya belum pernah mengenyam pendidikan di pondok pesantren, dan juga terdapat mahasantri yang sebelumnya pernah mengenyam di pondok pesantren. Para mahasantri di Pondok Pesantren Al-Wafa juga cukup aktif dalam berorganisasi, baik organisasi yang terdapat di pondok pesantren, maupun organisasi intra kampus dan luar kampus. Berdasarkan observasi awal yang dilakukan oleh peneliti, terlihat bahwa mahasantri Pondok Pesantren Al-Wafa dapat survive dari segala tantangan yang ada, dimana mereka dapat mempertahankan prestasi akademik tanpa meninggalkan kewajiban mereka sebagai santri.

Rutinitas harian dan bulanan yang dilaksanakan di Pondok Pesantren Al-Wafa menjadi latihan untuk menumbuhkan sikap tanggung jawab terhadap prestasi akademik dan pesantren. Hal ini menjadi sebuah tuntutan yang harus dipenuhi sebagai seorang mahasantri yang pada sisi lain, dapat menyebabkan tekanan yang cukup kompleks, baik secara fisik, mental, maupun emosional. Oleh karena itu, situasi ini membutuhkan kapasitas individu agar tetap tegar, konsisten, dan mampu

menjalankan tugas serta fungsinya secara optimal meskipun dihadapkan pada berbagai kesulitan.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti terhadap salah satu mahasantri putri yang berada pada semester akhir di Pondok Pesantren Al-Wafa mengungkapkan bahwa ia memiliki resiliensi yang ditunjukkan dengan; 1) kemampuan YK dalam mengelola waktu antara kuliah (penyusunan skripsi), kegiatan pesantren dan organisasi (sebagai bagian keamanan pondok pesantren Al-Wafa, 2) kemampuan YK dalam meregulasi emosi baik emosi yang bersifat positif maupun negatif, 3) kepercayaan diri YK dalam memutuskan sebuah keputusan, meskipun dalam pengambilan keputusan tersebut memerlukan proses pertimbangan yang matang, 4) kemampuan YK dalam membangun hubungan interpersonal yang baik di berbagai lingkungan, baik lingkungan kampus, pesantren, maupun organisasi, 5) dukungan spiritual juga menjadi salah satu faktor yang mendukung ketahanan psikologis YK. Adapun dukungan spiritual tersebut ialah seperti do'a orang tua, keikutsertaan YK dalam praktik keagamaan di pesantren seperti sholat berjamaah, dan kajian kitab kuning. Selain itu YK juga mengungkapkan bahwa ia dapat menerima kegagalan yang dialaminya dengan menggunakan religius seperti tawakal sebagai mekanisme koping dan YK menjadikan kegagalan tersebut sebagai proses pembelajaran yang harus dilaluinya (Yuli Karlina, 26 Mei 2025).

Wawancara dengan mahasantri yang berinisial HA yang berada pada semester dua dan merupakan mahasantri rantau dari Palembang. HA mengungkapkan bahwa tantangan adaptasi yang dirasakannya ialah perbedaan cuaca antara Bandung dan Palembang. Dimana HA memaparkan bahwa Palembang cenderung panas sedangkan Bandung cenderung dingin yang kemudian memicu masalah kesehatan yang dirasakannya, seperti ganti kulit. Selain itu HA juga mengungkapkan bahwa ia merasa kesulitan dalam menyelesaikan tugas di tahun pertama perkuliahan. Meskipun demikian, HA mampu menunjukkan kemampuan resiliensi dengan baik yang ditunjukkan dengan: 1) kemampuan HA dalam menyeimbangkan antara kegiatan kuliah, pesantren, dan organisasi. 2) kemampuan

HA dalam bersosial dengan baik di lingkungan sekitar, baik di lingkungan kampus, pesantren, maupun organisasi. 3) kemampuan HA dalam mengelola emosi secara efektif. 4) keyakinan HA dalam mengambil sebuah keputusan, seperti pemilihan organisasi yang bermanfaat bagi dirinya. Akan tetapi berbeda dengan mahasantri yang sebelumnya dimana HA merasa bahwa faktor yang menjadi sumber ketahanan psikologis yang dirasakannya ialah karena dukungan dari teman-temannya sebagai motivasi untuk bertahan di perkuliahan dan pesantren (Hawa, 1 Juni 2025).

Menjadi mahasiswa sekaligus santri menuntut kesiapan diri secara menyeluruh, ketekunan, kerelaan dalam menjalani proses yang panjang serta kemampuan dalam mengelola diri dan waktu secara disiplin. Sebagaimana dinyatakan oleh Ali dalam Nashori & Saputro (2021) bahwa santri memiliki kepribadian lapang dada atau dalam istilah psikologi dinamakan dengan resiliensi, dikarenakan santri memiliki keberanian untuk hidup dalam kesederhanaan dan penderitaan. Karena sikap keberanian inilah yang menjadi ajaran nilai dalam pondok pesantren. Lebih lanjut dalam artikel jurnal yang berjudul “Kelapang dadaan Mahasiswa-Santri dan mahasiswa-Reguler” oleh Nashori (2005) ditemukan kasus bahwa terdapat mahasantri yang di *drop out* dari pondoknya karena melanggar aturan yang sudah ditetapkan oleh pondok pesantren. Namun hukuman yang diberikan pondok pesantren kepada mahasantri tersebut tidak secara langsung diberikan tanpa dilakukan peringatan, namun pondok pesantren sudah berusaha memberikan peringatan kepada mahasantri tersebut namun tidak membuat mahasantri tersebut berhenti melanggar aturan. Dengan demikian, dapat diambil kesimpulan bahwa sebagai mahasantri dituntut untuk memiliki resiliensi yang tinggi dikarenakan harus menjalankan peran ganda, sebagaimana ditunjukkan dalam kasus tersebut ketidakmampuan mahasantri untuk mentaati peraturan pesantren atau sebagai bentuk rendahnya resiliensi dapat berujung pada konsekuensi yang cukup serius yaitu *drop out*. Dengan melakukan praktik diri yang disiplin, penuh keikhlasan, serta praktik-praktik spiritual yang sudah diajarkan pondok pesantren seperti tawakal, syukur, sabar, dapat menjadi nilai modal bagi mahasantri untuk membangun resiliensi. Sebagaimana dinyatakan oleh Ali dalam Nashori & Saputro

(2021) bahwa mahasiswa perlu memiliki sikap kepribadian lapang dada sebagaimana nilai ini juga diajarkan di pondok pesantren.

Dalam kajian psikologi kemampuan untuk tetap bertahan, pulih, dan menjalani kehidupan secara efektif dalam situasi penuh tekanan diistilahkan dengan kata “resiliensi” (Masten & Obradović, 2006). Menurut Luthar dalam Hendriani (2018) Resiliensi ialah proses dinamis yang mencakup adaptasi positif dalam konteks situasi sulit, mengandung hambatan yang signifikan dan bahaya, yang dapat berubah sejalan dengan perbedaan waktu dan lingkungan. Resiliensi juga didefinisikan sebagai proses interaktif kompleks yang melibatkan berbagai karakteristik individu, keluarga, maupun lingkungan masyarakat yang lebih luas. Cichetti dan Rogosch dalam Hendriani (2018) menyatakan bahwa, dalam mengidentifikasi resiliensi setidaknya harus terdapat dua komponen, yaitu: (1) rangkaian hambatan dan ancaman serta segala situasi yang menekan dan sulit dalam kehidupan seorang individu (2) segala penyesuaian individu yang bersifat positif dalam mengatasi segala situasi yang tidak menyenangkan.

Adanya perubahan dan perkembangan yang semakin kompleks menuntut setiap individu untuk dapat mengatasi segala permasalahan yang belum pernah dialami sebelumnya. Dengan demikian, perlunya bagi setiap individu untuk memiliki kesiapan mental dan sikap tangguh dalam menghadapi segala tekanan. Sebagaimana dinyatakan oleh Brooks dan Goldstein dalam Affandi & Mubarak (2022) bahwa resiliensi merupakan sumber kekuatan yang dimiliki seorang individu dan menjadi bekal dalam menghadapi segala permasalahan yang ada. Lebih lanjut, Affandi & Mubarak (2022) dalam penelitiannya menyatakan bahwa dengan resiliensi memungkinkan seorang individu untuk memiliki rasa kepercayaan diri yang tinggi. Sehingga dengan itu, seorang individu dapat berani mengambil peran dan bertanggung jawab dalam menghadapi sesuatu hal yang baru. Selain itu, resiliensi juga menjadikan seorang individu untuk memiliki kualitas positif dan berkembang dalam menghadapi berbagai permasalahan hidup (Connor & Davidson, 2003).

Salah satu nilai spiritual yang diajarkan di Pondok Pesantren Al-Wafa ialah bagaimana melatih diri untuk bertawakal dalam berbagai situasi. Namun demikian, seorang mahasantri pun memiliki tantangan yang sama dengan mahasiswa pada umumnya, seperti tuntutan akademik, interaksi sosial yang beragam, dan dinamika kehidupan kampus, namun demikian mahasantri juga dapat merasakan tantangan yang mungkin lebih besar dari pada mahasiswa pada umumnya dimana para mahasantri dituntut untuk dapat menyesuaikan diri antara tugas kampus dengan kegiatan pondok. Dengan modal nilai tawakal yang diajarkan di Pondok Pesantren Al-Wafa menjadi nilai yang penting bagi para mahasantri dalam menghadapi permasalahan yang sama atau bahkan mungkin lebih besar dari pada mahasiswa pada umumnya. Dalam Islam konsep tawakal menekankan pada pentingnya berserah diri kepada Allah setelah melakukan berbagai upaya dengan maksimal. Tawakal bukan diartikan sebagai berpasrah diri tanpa melakukan usaha, melainkan melakukan usaha dengan maksimal dan senantiasa bersabar serta berkeyakinan bahwa Allah Yang Maha Kuasa ikut memberikan peran dalam mengatasi setiap tantangan dan permasalahan yang dirasakan hamba-Nya dan meyakini bahwa Allah akan memberikan pintu penyelesaian terhadap permasalahan tersebut (Kamal et al., 2022).

Hal ini senada dengan wawancara yang dilakukan peneliti kepada salah satu pembina Pondok Pesantren Al-Wafa (Ustadz Fahmi Hasan Nugroho, 31 Mei 2025). Hasil wawancara menunjukkan bahwa Ustadz Fahmi memahami tawakal sebagai bentuk kepasrahan diri seorang hamba kepada Allah setelah melakukan berbagai usaha (ikhtiar) dengan maksimal, sebagaimana sabda Nabi bahwa bertawakal lah kalian sebagaimana burung yang berusaha mencari rezeki, ia keluar pada pagi hari dalam keadaan lapar dan kembali di sore hari dengan keadaan kenyang. Lebih lanjut Ustadz Fahmi menyampaikan bahwa bertawakal memiliki 2 kewajiban yaitu kewajiban untuk berusaha, dan kewajiban untuk menyerahkan hasil yang telah diusahakannya. Tawakal dalam perspektif Ustadz Fahmi juga mencakup beberapa dimensi yaitu: 1) usaha konkret yang dapat dilakukan oleh mahasantri dengan kedisiplinan diri dan penetapan target. 2) penyerahan hasil usaha yang telah dilakukan dengan berhusnudzon, karena tugas seorang hamba ialah berusaha dan

berpasrah, adapun hasil merupakan urusan Allah. Dalam berhusnudzon seorang mahasantri harus memiliki sikap optimisme, bahwa usaha yang telah diupayakannya akan membuahkan hasil, adapun jika belum berhasil berarti Allah memang belum menghendakinya. 3) dalam bertawakal seorang mahasantri juga harus mengenal Allah (ma'rifatullah), mengenal Allah ialah tidak hanya sekedar mengenal dan menghafal asma-asma Allah atau sifat wajib dan jaiz Allah, namun juga merasakan kehadiran Allah, merasakan pengawasan Allah. Sehingga dengan itu mahasantri akan sadar bahwa berusaha adalah kewajiban yang harus dilakukannya. Dengan ma'rifatullah akan mengantarkan kepada kedekatan hamba dengan Allah (muroqabah). Dengan praktik tawakal mencegah seorang mahasantri untuk bersikap sombong ketika berhasil, ataupun bersikap pesimisme ketika gagal, karena gagal merupakan sebuah pembelajaran. Dengan demikian konteks tawakal pada mahasantri berfungsi sebagai mekanisme resiliensi dengan menyeimbangkan disiplin usaha dan penerimaan atas ketentuan Allah, sekaligus mencegah *istidraj* (pemberian Allah tanpa adanya usaha).

Dalam kaitannya, sikap tawakal dan resiliensi memiliki aspek yang saling mendukung dimana perlunya individu untuk survive dalam berbagai situasi dan kondisi yang dihadapi. Adapun penelitian mengenai hubungan antara tawakal dan resiliensi telah banyak dilakukan sebelumnya, seperti penelitian yang dilakukan oleh Putri & Uyun (2017) yang berjudul "Hubungan Tawakal dan Resiliensi pada Santri Remaja Penghafal Al-Qur'an di Yogyakarta". Dan penelitian yang dilakukan (Saputra et al., 2022) dengan judul "Tawakal kepada Allah Memprediksi Resiliensi Akademik pada Pembelajaran Online". Juga terdapat penelitian karya Hikmatul Fadzliah Nurhamizah dengan judul "Hubungan Tawakal dengan Kemampuan Resiliensi Akademik (Studi Terhadap Mahasiswa Angkatan 2015 dalam Bimbingan Skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang tahun 2019)". Dengan demikian dapat diartikan bahwa sebagian besar penelitian masih terbatas pada kelompok masyarakat umum, mahasiswa non-santri, atau populasi dengan konteks yang berbeda. Sementara itu, penelitian mengenai tawakal dan resiliensi yang berfokus pada mahasantri belum pernah dilakukan. Keterkaitan

antara nilai-nilai spiritual yang dianut oleh para mahasantri dan kekuatan psikologis yang dimiliki menjadi aspek menarik untuk diteliti lebih lanjut.

Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai “**Hubungan Tawakal dengan Resiliensi pada Mahasantri di Pondok Pesantren Al-Wafa**”. Sehingga penelitian ini dapat menjadi metode atau jawaban bagi mahasantri yang ingin tetap stabil dalam prestasi akademik dan juga kepesantrenan.

## **B. Rumusan Masalah**

Sebagaimana latar belakang yang sudah dipaparkan diatas, maka rumusan masalah yang akan diteliti oleh peneliti yaitu:

1. Bagaimana tingkat tawakal mahasantri Pondok Pesantren Al-Wafa?
2. Bagaimana tingkat resiliensi mahasantri Pondok Pesantren Al-Wafa?
3. Apakah terdapat hubungan antara tawakal dengan resiliensi pada mahasantri Pondok Pesantren Al-Wafa?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini ialah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat tawakal mahasantri Pondok Pesantren Al-Wafa.
2. Untuk mengetahui tingkat resiliensi mahasantri Pondok Pesantren Al-Wafa.
3. Untuk mengetahui adakah hubungan antara tawakal dengan resiliensi pada mahasantri Pondok Pesantren Al-Wafa.

## **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian dari skripsi ini, peneliti berharap dapat memberikan wawasan baru bagi perkembangan dan kontribusi teori ajaran ilmu khususnya pada jurusan Tasawuf dan Psikoterapi.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi pengajar

Menambah wawasan baru bagi pengajar untuk membimbing dengan menumbuhkan kepercayaan kepada Allah sehingga diharapkan dapat membentuk dan mengembangkan resiliensi mahasantri.

b. Bagi mahasiswa

Memberikan wawasan bagi mahasiswa terkhusus mahasantri agar dapat menerapkan konsep tawakal untuk meningkatkan kemampuan resiliensi selama proses studi.

### E. Kerangka Berpikir

Tawakal merupakan kata yang berasal dari bahasa arab وَكَلَّ - يَكُلُّ - وَكَلًّا وَوَكُؤْلًا yang memiliki arti menyerahkan atau mewakilkan (Munawwir, 1997). Dalam agama islam tawakal bermakna berserah diri sepenuhnya kepada Allah dalam menjalani dan menanti hasil suatu pekerjaan atau akibat suatu keadaan. Tawakal dalam definisi Imam al-Ghazali ialah menyandarkan segala kepentingan maupun segala kesulitan yang dihadapi kepada Allah SWT dan berteguh hati tatkala ditimpa sebuah ujian, disertai hati yang tenang dan jiwa yang tenang. Ibnu Qayyim Al-Jauziyah (2022) juga menyatakan bahwa tawakal merupakan setengah agama dan setengah lainnya adalah *Inabah* (kembali kepada Allah)

Tawakal kepada Allah menurut Buhairi dalam jurnal karya Sartika & Kurniawan (2015) ialah bersungguh-sungguh menyandarkan hati kepada Allah Ta'ala dalam mendatangkan manfaat dan menolak segala hal yang membahayakan dunia akhirat. Dijelaskan lebih lanjut oleh Buhairi dalam Sartika & Kurniawan (2015) bahwa tawakal kepada Allah merupakan upaya memfokuskan badan dalam *ubudiyah* (menjalankan aktivitas dalam rangka penghambaan kepada Allah Ta'ala) menggantungkan hati *rububiyah* (memasrahkan hati pada segala ketentuan/aturan Allah Ta'ala), ridha dalam menjalani segala keputusan dan ketetapan Allah Ta'ala, menenangkan jiwa dengan kecukupan (menenangkan jiwa dan merasa cukup dengan segala hal yang diberikan Allah Ta'ala untuknya).

At-Tuwajiri juga mendefinisikan bahwa tawakal ialah penyerahan diri kepada ketentuan dan keputusan Allah Ta'ala, dengan tetap melaksanakan semua perintah-perintahnya dan pasrah kepada-Nya di setiap keadaan, disertai dengan upaya memutuskan semua hubungan hati kepada selain Allah Ta'ala. Tawakal merupakan perwujudan dari keyakinan seorang hamba kepada Allah. Di dalam Tauhid seorang hamba diajari agar meyakini segala sesuatu kepada Allah yang

menciptakan segala-galanya, serta pengetahuan-Nya yang Maha Luas (Khatib, 2020).

Resiliensi secara bahasa berasal dari kata dalam bahasa Inggris yaitu *resilience* yang artinya daya pegas, daya control atau kegembiraan (*Oxford Learner's Pocket Dictionary*, 2005). Istilah resiliensi pertama kali digagas oleh Block (dalam Klohnen) dengan nama ego-resilience yang artinya kemampuan individu yang berkaitan dengan kemampuan beradaptasi individu yang tinggi dan luwes saat dihadapkan pada kondisi yang terpuruk baik itu bersumber dari tekanan internal maupun eksternal.

Resiliensi menurut Revich dan Shatte adalah upaya seorang individu untuk berdiri kokoh (kuat) serta membangun ketika dihadapkan dengan kondisi terpuruk, yang diperlukan untuk memerlukan tekanan hidup sehari-hari. Jackson dan Waton mengemukakan bahwa resiliensi ialah suatu kondisi yang dirasa sulit oleh individu namun ia senantiasa berusaha untuk tetap berdiri teguh saat beradaptasi dalam kehidupan sehari-hari. Adapun Resiliensi menurut Connor & Davidson (2003) ialah sifat individu yang berhasil dalam menghadapi kesulitan. Connor dan Davidson juga mengemukakan bahwa resiliensi dapat dimaknai sebagai suatu parameter kesuksesan dalam melakukan coping stress (Connor & Davidson, 2003).

Resiliensi merupakan proses dinamis yang mencakup adaptasi positif dalam konteks situasi sulit, mengandung bahaya maupun hambatan signifikan, yang dapat berubah seiring dengan adanya perbedaan waktu dan lingkungan. Resiliensi adalah proses interaktif kompleks yang melibatkan berbagai karakteristik individu, keluarga, maupun lingkungan masyarakat yang lebih luas (Hendriani, 2018).

Individu yang Resiliensi bukanlah individu yang tidak mengalami tekanan atau kesulitan, melainkan individu yang resiliensi adalah individu yang mampu menunjukkan pola-pola adaptasi positif ketika dihadapkan pada situasi yang tidak nyaman dan menyenangkan. Selain itu dalam jurnal karya Nuriyanti (2010) bahwa semakin tinggi resiliensi seseorang maka kemungkinan akan terhindar dari stress dan permasalahan psikologis.

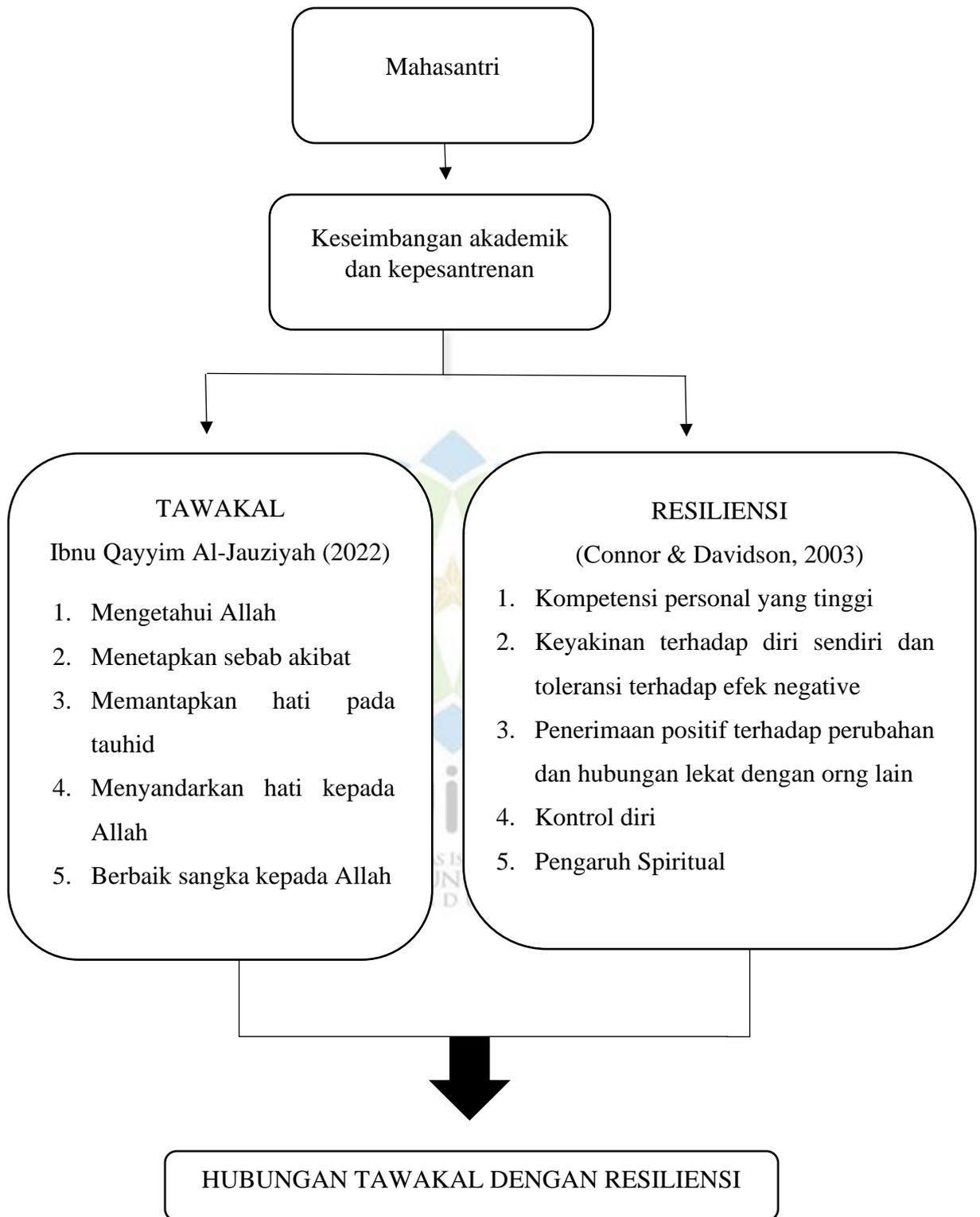
Dalam buku yang berjudul "*The Psychology of Resilience: Understanding and Enhancing Human Strength and Perseverance*" Roberts (2024) memaparkan

terdapat 3 faktor yang mempengaruhi resiliensi yaitu faktor yang berasal dari individu, sosial, budaya dan spiritual. Faktor internal atau faktor yang berasal dari individu yang dapat mempengaruhi resiliensi yaitu berupa regulasi emosi, optimisme, dan *self efficacy*. Adapun faktor eksternal atau faktor sosial yaitu dapat berupa dukungan sosial, dan lingkungan yang stabil. Aspek terakhir yang mempengaruhi resiliensi ialah spiritual, adapun bagian dari faktor terakhir yang mempengaruhi resiliensi ialah budaya dan spiritual, hal yang mencakup dalam lingkup budaya dan spiritual ialah keyakinan, nilai dan praktik budaya seorang individu, yang kemudian mempengaruhi cara individu melihat dan menyelesaikan masalah. Dengan aspek spiritual tersebut seorang individu meyakini bahwa terdapat Dzat yang ikut andil dalam menyelesaikan permasalahan hidupnya. Dalam keyakinan tersebut dalam kajian tasawuf dinamakan dengan tawakal. Tawakal dalam penelitian ini yang merupakan sebagai variable bebas termasuk dalam aspek spiritual yang mempengaruhi resiliensi

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Javanmard (2013) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara keyakinan dengan resiliensi akademik mahasiswa, dengan hasil nilai ( $P < 0,01$ ). Dan dalam jurnal article karya Schwalm et al., (2022) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara spiritualitas/religiusitas dengan resiliensi, dengan hasil nilai ( $r = 0,40$  (IK 95%, 0,32-0,48,  $P < 0,01$ ). Temuan ini sejalan dengan penelitian karya Habibah et al., (2018) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tawakal dan kecerdasan emosi terhadap resiliensi, dengan hasil nilai korelasi  $r = 0,315$  dan nilai  $p = 0,023$ . Dan tawakal sebagai mediator antara kecerdasan emosi dan resiliensi. Dengan demikian, penelitian yang dilakukan oleh Javanmard (2013) dan Schwalm et al., (2022), tawakal yang merupakan bagian dari spiritualitas memiliki pengaruh yang cukup signifikan terhadap resiliensi. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Habibah et al., (2018) menemukan bahwa tawakal selain memiliki hubungan dengan resiliensi, namun juga sebagai mediator terhadap kecerdasan emosi. Sebagaimana dijelaskan dalam article jurnal diatas bahwa spiritual, keyakinan, serta tawakal memiliki hubungan dengan resiliensi. Tawakal merupakan bagian dari spiritual, begitupun keyakinan merupakan bagian dari tawakal. Karena tawakal berkaitan erat dengan keyakinan manusia untuk

memasrahkan urusannya kepada Allah SWT setelah melakukan berbagai upaya. Dengan demikian penelitian-penelitian tersebut memperkuat dugaan bahwa tawakal memiliki hubungan dengan resiliensi pada mahasantri di Pondok Pesantren Al-Wafa.

Sebagai seorang mahasantri dengan peran ganda yang dimilikinya, yaitu sebagai seorang mahasiswa dan sebagai santri. Mahasantri dituntut untuk dapat bertanggung jawab melaksanakan perannya, yaitu dengan menyeimbangkan antara prestasi akademik dan kepesantrenan. Strategi koping dalam menyeimbangkan kedua peran tersebut yang dapat dilakukan oleh mahasantri ialah dengan tawakal dan resiliensi. Tawakal merupakan strategi koping dengan pendekatan tasawuf, dan resiliensi merupakan strategi koping dalam pendekatan psikologi. Dengan kedua strategi koping yang dilakukan dengan berbagai pendekatan tersebut diharapkan mahasantri dapat mengatasi tantangan yang dihadapinya. Adapun teori tawakal yang dipakai ialah teori Ibnu Qayyim Al- Al-Jauziyah (2022) dengan 5 gagasan aspeknya yaitu 1) mengetahui Allah, 2) menetapkan sebab akibat, 3) memantapkan hati pada tauhid, 4) menyandarkan hati kepada Allah, 5) berbaik sangka kepada Allah. Adapun teori resiliensi yang akan digunakan ialah teori resiliensi dari Connor & Davidson (2003) dengan 5 gagasan aspeknya yaitu 1) kompetensi personal yang tinggi, 2) Keyakinan terhadap diri sendiri dan toleransi terhadap efek negatif, 3) Penerimaan positif terhadap perubahan dan hubungan lekat dengan orang lain, 4) kontrol diri, 5) pengaruh Spiritual. Dengan demikian, berikut merupakan gambaran kerangka berfikir mengenai hubungan tawakal dengan resiliensi pada mahasantri yang digambarkan pada gambar 1.1:



**Gambar 1.1 Kerangka Berpikir Penelitian**

## **F. Hipotesis**

Hipotesis ialah suatu pernyataan tentang karakteristik populasi penelitian, yang merupakan jawaban sementara terhadap masalah yang telah dirumuskan dalam suatu penelitian (Djaali, 2021). Hipotesis penelitian merupakan sebuah hasil dari suatu proses rasional atau proses teoretik, melalui pengkajian konsep atau tinjauan pustaka serta teori yang relevan mendukung hipotesis penelitian sehingga diyakini bahwa hipotesis penelitian telah memiliki kebenaran teoretik.

Penelitian ini terdiri dari dua variable yaitu tawakal yang merupakan variabel X dan resiliensi sebagai variabel Y. berikut hipotesis dalam penelitian ini diantaranya:

**H<sub>0</sub>**: Tidak adanya hubungan signifikan antara tawakal dengan resiliensi mahasantri di Pondok Pesantren Al-Wafa.

**H<sub>1</sub>**: Adanya hubungan signifikan antara tawakal dengan resiliensi mahasantri di Pondok Pesantren Al-Wafa.

Adapun peneliti memiliki dugaan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tawakal dengan resiliensi pada mahasantri di Pondok Pesantren Al-Wafa.

## **G. Hasil Penelitian Terdahulu**

Penelitian terdahulu menjadi salah satu pendukung dalam pelaksanaan penelitian. Berikut beberapa penelitian terdahulu yang memiliki keterkaitan dengan penelitian yang dilaksanakan, diantaranya;

Pertama, Penelitian pada artikel yang berjudul “Hubungan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi” pada Jurnal At-Taujih: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam (Musafiri, 2022). Pada penelitian tersebut menggunakan metode kuantitatif dengan pengambilan data yang dilakukan di Institut Agama Islam Darussalam dan berfokus pada mahasiswa semester akhir. Hasil penelitian menyebutkan adanya hubungan yang signifikan antara optimisme dan resiliensi. Adapun perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu, pada penelitian sekarang, pengambilan data difokuskan pada mahasantri Pondok Pesantren Al-Wafa, yang mana sebagai mahasantri mereka memiliki peran ganda sehingga memerlukan resiliensi yang kuat agar dapat

menemukan potensi dirinya. Selain itu, penelitian sebelumnya menggunakan term optimisme sedangkan penelitian sekarang menggunakan term tawakal yang merupakan salah satu nilai tasawuf.

Kedua, Article jurnal penelitian karya Alna Ningsih dengan judul “Hubungan Sikap Tawakal dan Kecerdasan Emosional dalam Al-Qur’an” dengan metode *literatur review* berbasis studi pustaka. Hasil penelitian ini menemukan bahwa tawakal dengan kecerdasan emosional saling berkaitan. Keduanya saling mempengaruhi satu sama lain dan berkontribusi besar dalam kehidupan manusia. Dalam penelitian ini juga ditemukan bahwa faktor yang mempengaruhi tawakal dan kecerdasan emosional ialah keimanan seorang individu kepada Allah SWT dan sikap husnudzan terhadap segala hal yang sudah ditetapkan Allah SWT (Ningsih, 2024). Perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian karya Alna Ningsih ialah terletak pada variabel yang digunakan yaitu variabel tawakal dan kecerdasan emosional sedangkan peneliti menggunakan variabel tawakal dan resiliensi. selain itu juga terletak pada metode yang digunakan yaitu metode literatur review sedangkan peneliti menggunakan metode kuantitatif korelasional.

Ketiga, Article jurnal penelitian karya Ardina Shulhah Putri dan Quratul Uyun tahun 2017 dengan Judul “Hubungan Tawakal dan Resiliensi pada Santri Remaja Penghafal Al-Qur’an di Yogyakarta” dengan metode penelitian kuantitatif dengan Objek Santriwati remaja SMA di Yogyakarta. Pada penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 196 santriwati, dengan menggunakan program SPSS 16.0 sebagai analisis data. dengan temuan dari penelitian ini mengindikasikan adanya hubungan positif yang signifikan antara tawakal dan resiliensi. Pada hasil analisis data penelitian subjek menyumbang 11,15% tingkat tawakal terhadap resiliensi individu (Putri & Uyun, 2017). Perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian karya Ardina Shulhah Putri dan Quratul Uyun terletak pada subjek yang digunakan yaitu santri remaja penghafal Al-Qur’an sedangkan peneliti menggunakan subjek mahasantri. Selain itu dalam penelitian yang dilakukan oleh penelitian sebelumnya hanya menguji pada subjek perempuan yaitu santriwati remaja penghafal Al-Qur’an artinya konteks yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya lebih sempit. Sedangkan

penelitian sekarang mencoba untuk memberikan cakupan yang lebih luas dengan berfokus pada mahasiswa yang memiliki dua peran yaitu peran akademik dan kepesantrenan, dan juga dengan menggunakan subjek mahasiswa yang mencakup laki-laki dan perempuan.

Keempat, Article jurnal penelitian yang berjudul “Tawakal Kepada Allah dan Implikasinya terhadap Resiliensi” karya Abdullah Faruqi dkk dengan metode *literatur review* berbasis studi Pustaka. Hasil analisis deskriptif terhadap studi pustaka pada penelitian ini ditemukan bahwa tawakal kepada Allah memberikan pengaruh terhadap resiliensi dan terdapat peningkatan positif pada kesehatan mental individu yang bertawakal kepada Allah. Selain itu juga dijelaskan dalam penelitian ini bahwa individu yang tawakal kepada Allah tidak akan mudah stress dan cemas terhadap hal yang akan terjadi (Faruqi et al., 2022). Perbedaan penelitian sekarang dengan penelitian sebelumnya ialah terletak pada metode yang digunakan jika penelitian sebelumnya menggunakan metode literatur review, sementara penelitian sekarang menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan subjek mahasiswa Pondok Pesantren Al-Wafa. Dengan itu dapat dimaknai bahwa penelitian sebelumnya membahas tentang tawakal dan resiliensi secara umum dengan tanpa melibatkan pengambilan data secara langsung dari responden, sedangkan penelitian sekarang membahas tentang hubungan antar keduanya dengan melakukan pengambilan data secara langsung dari responden dan dengan menggunakan instrumen yang sudah teruji valid dan reliabel.

Kelima, Article Jurnal penelitian karya Aryan Muhaimin Saputra dkk tahun 2022 dengan judul “Tawakal kepada Allah Memprediksi Resiliensi Akademik pada Pembelajaran Online” dengan metode penelitian kuantitatif korelasional dengan analisis regresi. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan aplikasi JASP. Hasil penelitian ini secara signifikan mengindikasikan bahwa tawakal kepada Allah memprediksi resiliensi akademik memberikan sumbangan efektif yang tinggi. Selain itu juga ditemukan bahwa secara signifikan tawakal kepada Allah dalam memprediksi resiliensi akademik memiliki 2 aspek yaitu aspek keyakinan kepada Allah yang indikatornya mewakili 75% dari konstruk tawakal

kepada Allah dan aspek ibadah (Saputra et al., 2022). Perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian karya Aryan Muhaimin Saputra dkk terletak pada variabel yang digunakan yaitu variabel tawakal dan resiliensi akademik, sedangkan peneliti menggunakan variabel tawakal dan resiliensi secara umum. Selain itu terletak pada pembahasan yang digunakan yaitu untuk memprediksi resiliensi akademik, sedangkan peneliti membahas mengenai ada atau tidaknya hubungan antara tawakal dengan resiliensi. lebih lanjut perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian sekarang ialah terletak pada subjek yang digunakan, jika penelitian sebelumnya menggunakan subjek gabungan antara SMA dan mahasiswa yang berjumlah 202 sedangkan penelitian sekarang berfokus pada subjek mahasiswa di Pondok Pesantren Al-Wafa yang hidup dalam sistem kepesantrenan dan juga akademik.

Keenam, Penelitian karya Hikmatul Fadzliah Nurhamizah dengan judul “Hubungan Tawakal dengan Kemampuan Resiliensi Akademik (Studi Terhadap Mahasiswa Angkatan 2015 dalam Bimbingan Skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang tahun 2019)”. Pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment dan mendapatkan nilai signifikansi koefisien sebesar 0,592. Karena nilai Sig. (2-Tailed) 0,000 < lebih kecil dari 0,05, pada penelitian ini penulis menemukan adanya hubungan yang signifikan antar kedua variabelnya. Dengan temuan nilai angka koefisien korelasi yang sudah dijelaskan diatas, selain itu penulis juga mengartikan bahwa kemampuan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi akan semakin meningkat bila mana tawakal yang dimiliki mahasiswa juga semakin tinggi (Nurhamizah, 2019). Perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian karya Hikmatul Fadzliah Nurhamizah yaitu terletak pada sampel penelitian yang akan digunakan, peneliti menggunakan mahasiswa di Pondok Pesantren Al-Wafa sebagai sampel dari penelitian ini. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Hikmatul Fadzliah Nurhamizah berfokus pada resiliensi akademik, sedangkan penelitian sekarang berfokus pada resiliensi secara umum yang terdapat pada mahasiswa dengan menggunakan skala CD-RISC yang sudah teruji valid dan reliabel, dalam skala ini juga mencakup tentang daya tahan mental, spiritual, interpersonal, serta coping

umum, artinya resiliensi pada penelitian sekarang bersifat umum dan tidak terbatas dalam konteks akademik.

Adapun novelty dalam penelitian ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya ialah terletak pada subjek yang digunakan dalam penelitian ini yaitu mahasiswa, penelitian-penelitian sebelumnya masih terbatas pada kelompok masyarakat umum, mahasiswa non-santri, siswa SMA atau populasi dengan konteks yang berbeda. Sementara itu, penelitian mengenai tawakal dan resiliensi yang berfokus pada mahasiswa belum pernah dilakukan. Selain itu juga terletak pada skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala tawakal yang disusun berdasarkan aspek tawakal menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziah, dan skala resiliensi yang digunakan menggunakan skala Resiliensi CD-RISC yang sudah teruji valid dan reliabel, penelitian-penelitian sebelumnya menggunakan skala tawakal dan skala resiliensi yang berbeda dengan penelitian ini. Dengan demikian, dapat difahami bahwa penelitian-penelitian sebelumnya tidak menggunakan skala yang sama sebagaimana skala yang digunakan dalam penelitian ini.

