

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Pesantren sebagai institusi pendidikan Islam yang paling tua di Indonesia, memiliki fungsi yang sangat krusial dalam membentuk karakter dan mengembangkan sumber daya manusia yang berkualitas. Dalam ekosistem pesantren, terdapat sejumlah elemen yang saling berhubungan untuk membangun suasana belajar yang menyeluruh. Salah satu elemen yang sangat penting adalah pembina pesantren, yang berperan sebagai penghubung antara pimpinan pesantren dan para santri dalam aspek kehidupan di lingkungan pesantren. (Dhofier, 2011) menjelaskan bahwa sistem pendidikan pesantren tidak hanya difokuskan pada penyampaian ilmu, melainkan juga pada pengembangan akhlak dan karakter yang menyeluruh, yang memerlukan sosok pembimbing yang memiliki kedewasaan psikologis dan spiritual.

Seiring perkembangan zaman, pesantren mengalami transformasi menuju bentuk pesantren modern. Pesantren modern mengintegrasikan sistem pendidikan formal di bawah Kementerian Agama, seperti Madrasah Tsanawiyah (MTs) dan Madrasah Aliyah (MA), dengan kurikulum khas pesantren. Ciri utama pesantren modern adalah sistem asrama penuh (*boarding system*), di mana seluruh santri tinggal di lingkungan pesantren, serta adanya tambahan mata pelajaran kepesantrenan yang memperkaya aspek keagamaan dan akhlak. Pesantren modern mengembangkan sistem pendidikan yang memadukan tradisi pesantren dengan pendekatan pendidikan modern, sehingga proses pendidikan mampu berjalan secara komprehensif dalam bidang akademik, sosial, dan spiritual (Zarkasyi, 2015).

Dalam penyelenggaraan pesantren modern, peran pembina asrama memegang kedudukan penting. Pembina berfungsi sebagai pengganti orang tua bagi santri yang tinggal jauh dari keluarga, sekaligus pendamping dalam aktivitas sehari-hari. Mereka bertugas menjaga

kedisiplinan, mengawasi keteraturan kegiatan, membimbing santri dalam menghadapi masalah personal maupun sosial, serta menjadi teladan akhlak di lingkungan pesantren. Dengan demikian, dalam tradisi pesantren, para pembina atau pengasuh tidak hanya menjalankan fungsi pengawasan, tetapi juga berperan sebagai pendidik, pembimbing moral, sekaligus figur orang tua bagi santri dalam kehidupan berasrama (Lukens-Bull, 2010).

Hasil wawancara awal dengan salah satu pembina menunjukkan bahwa beban tanggung jawab mereka sangat beragam, mulai dari memastikan kedisiplinan santri hingga mendampingi kegiatan ibadah. Selain menjalankan peran sebagai pembina asrama, para pembina juga memikul peran ganda sebagai tenaga pendidik formal, seperti mengajar mata pelajaran di Madrasah Tsanawiyah dan Madrasah Aliyah. Bahkan, Sebagian pembina juga merangkap jabatan struktural, seperti wali kelas dan kepala madrasah, yang menuntut tanggung jawab administratif, akademik, dan kepemimpinan secara bersamaan. Salah satu subjek mengungkapkan *“Sebagai pembina tugas saya itu mengawasi anak-anak di asrama, memastikan mereka menjalankan aturan, membantu mereka kalau ada kesulitan, baik belajar maupun hal pribadi. Kita juga jadi penghubung kalau ada hal yang harus disampaikan ke pimpinan pesantren”*, Ia juga menambahkan *“Tanggung jawabnya bukan hanya menjaga kedisiplinan, tapi juga memberi contoh yang baik, jadi teladan dalam sikap dan ibadah sehari-hari.”*.

Namun, dalam praktiknya, pembina menghadapi berbagai kesulitan, seperti keterbatasan waktu istirahat, tuntutan kesabaran menghadapi santri dengan latar belakang berbeda, serta tekanan dari pihak manajemen pesantren. Kondisi ini diperberat oleh akumulasi tugas yang berlangsung hampir sepanjang hari, sehingga batas waktu kerja dan waktu pribadi menjadi semakin kabur. Sebagaimana dinyatakan salah satu pembina *“Beban kerjanya memang tinggi, soalnya kita harus selalu siaga, bahkan di luar jam formal. Kadang susah juga menyeimbangkan*

antara kedisiplinan yang ketat dengan pendekatan yang penuh perhatian. Apalagi masyarakat dan orang tua santri itu kan berharap banyak sama pembina. Di sisi lain fasilitas di pesantren juga terbatas. Belum lagi perkembangan zaman, anak-anak sekarang lebih banyak terpengaruh media sosial, jadi cara mereka berinteraksi juga beda, dan itu jadi tantangan buat kita.”. Situasi ini menunjukkan bahwa beban kerja pembina tidak hanya bersifat kuantitatif (jam kerja yang panjang), tetapi juga kualitatif, karena mereka dituntut untuk menjalankan peran pedagogis, pengasuhan, kepemimpinan, serta pengendalian emosi secara simultan dalam satu konteks kerja.

Meskipun demikian, sebagian pembina menyatakan bahwa motivasi mereka memilih bekerja di pesantren adalah karena dorongan pengabdian, kesempatan memperdalam ilmu agama, dan kenyamanan berada di lingkungan religius, serta keinginan untuk mendidik generasi muda dalam suasana Islami. Secara material, para pembina memperoleh insentif sebesar Rp1.000.000 perbulan sebagai upah bersih di luar tunjangan, serta difasilitasi tempat tinggal dan konsumsi oleh pihak pondok pesantren. Meskipun fasilitas tersebut membantu pemenuhan kebutuhan dasar, besaran insentif yang relative terbatas jika dibandingkan dengan kompleksitas dan intensitas beban kerja berpotensi menjadi sumber tekanan tersendiri bagi pembina. Salah satu pembina menyebutkan: *“Sejak awal memang niatnya ingin mengabdikan di lingkungan pendidikan Islam. Di pesantren ini saya merasa bisa membina diri sendiri sekaligus mendidik orang lain. Jadi menurut saya ini bukan sekadar pekerjaan, tapi bagian dari ibadah dan pengabdian kepada Allah.”.* Hal ini memperlihatkan bahwa motivasi pembina tidak hanya bersifat ekonomi, tetapi juga berkaitan erat dengan orientasi nilai dan spiritualitas

Temuan awal tersebut sejalan dengan berbagai penelitian yang menyoroti beragam tekanan psikologis yang dialami pembina pesantren. Tantangan emosional dan tekanan yang dialami oleh para pembina di pesantren sangat beragam dan mendalam. Sekar et al. (2024) menemukan bahwa

tenaga kepengasuhan di pondok pesantren mengalami stres kerja karena kombinasi antara tanggung jawab pengasuhan yang intens dan kewajiban moral-spiritual dalam membina kehidupan santri. Pembina pesantren seringkali mengalami kesulitan dalam mencapai keseimbangan antara penerapan disiplin yang ketat dan pendekatan yang penuh perhatian, menghadapi harapan yang besar dari berbagai pihak, termasuk orang tua dan masyarakat, serta menghadapi keterbatasan sumber daya yang sering kali menjadi hambatan dalam menjalankan tanggung jawab mereka (Lukens-Bull, 2010).

Selain tekanan emosional tersebut, salah satu faktor yang sering muncul adalah beban kerja yang terlalu tinggi. Para pembina tidak hanya memiliki tanggung jawab selama jam kerja resmi, tetapi juga harus selalu siap selama 24 jam untuk mengatasi berbagai situasi darurat atau permasalahan yang mungkin muncul di antara para santri. Kondisi ini semakin kompleks ketika pembina juga harus menjalankan tugas mengajar di kelas, menyelesaikan administrasi sekolah, serta memikul tanggung jawab struktural seperti wali kelas atau kepala madrasah, yang menuntut keterlibatan kognitif dan emosional secara berkelanjutan. Keadaan ini dapat mengakibatkan kelelahan fisik dan mental yang berlangsung lama, yang pada akhirnya berdampak negatif terhadap kesehatan mental. Penelitian yang dilakukan oleh Sekar et al. (2024) menunjukkan bahwa tenaga kepengasuhan pondok pesantren menghadapi tingkat stres dan kelelahan yang tinggi, yang dipengaruhi oleh jam kerja yang panjang, keterbatasan waktu untuk kebutuhan pribadi, serta minimnya dukungan institusional dalam menjalankan tugas sehari-hari.

Lebih jauh lagi, tekanan yang dirasakan pembina bukan hanya berasal dari lingkungan internal pesantren, melainkan juga harapan sosial yang sangat besar terhadap mereka. Masyarakat seringkali melihat pembina pesantren sebagai sosok yang harus memiliki kesempurnaan di semua bidang, termasuk pengetahuan agama, akhlak, dan kemampuan dalam mengelola santri. Harapan

yang tidak wajar ini dapat mengakibatkan tekanan mental yang besar, terutama jika pembina merasa tidak mampu memenuhi kriteria yang ditetapkan oleh masyarakat. Penelitian yang dilakukan oleh Subandi (2016) menunjukkan bahwa tekanan sosial dan harapan yang berlebihan dapat memberikan dampak buruk terhadap harga diri dan penerimaan diri, yang merupakan elemen penting dari kesejahteraan psikologis.

Berbagai tantangan dan tekanan tersebut menunjukkan kompleksitas peran pembina dalam pesantren. Namun, di sisi lain, masih terdapat celah penelitian (*research gap*) yang belum banyak disentuh secara mendalam, khususnya terkait dengan kesejahteraan psikologis para pembina. Walaupun *psychological well-being* para pembina pesantren berdampak besar pada mutu pelatihan dan pembinaan di pesantren, masih terdapat sedikit penelitian yang secara khusus mengkaji aspek ini. Sebagian besar penelitian mengenai pesantren umumnya lebih menekankan pada aspek kurikulum, cara mengajar, atau pengaruh pesantren terhadap santri, sedangkan *psychological well-being* para pembina yang merupakan pihak penting dalam proses pendidikan pesantren belum mendapatkan perhatian yang memadai. Padahal kesejahteraan psikologis pembina memiliki korelasi yang kuat dengan kualitas pembinaan yang mereka berikan kepada santri (Seligman, 2013).

Secara khusus, minimnya penelitian fenomenologi yang mengeksplorasi pengalaman pribadi para pembina pesantren terkait dengan *psychological well-being* mereka adalah sebuah kekurangan yang penting dalam bidang penelitian. Pendekatan fenomenologis memiliki peran yang krusial dalam memahami cara-cara pengajar pesantren mengalami, menginterpretasikan, serta mengelola beragam aspek *psychological well-being* dalam konteks kehidupan mereka di pesantren. Smith et al. (2022) menegaskan bahwa pendekatan fenomenologi memberi kesempatan kepada peneliti untuk memahami inti dari pengalaman hidup individu. Dalam konteks ini, hal

tersebut merujuk pada pengalaman pembina pesantren dalam mencapai dan menjaga *psychological well-being* di tengah berbagai kompleksitas peran dan tantangan yang mereka hadapi.

Studi fenomenologis mengenai *psychological well-being* para pembina pesantren juga sangat penting untuk mengenali faktor-faktor khas yang berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis mereka dalam konteks budaya serta nilai-nilai pesantren. Pengalaman pribadi para pembina dalam menggabungkan spiritualitas, tanggung jawab sosial, dan kebutuhan individu mereka dapat memberikan pandangan yang penting mengenai dinamika *psychological well-being* di institusi pendidikan Islam. Hal ini dapat dijadikan sebagai landasan untuk merancang intervensi psikologis yang memperhatikan budaya dan sesuai dengan konteks pesantren.

Tanggung jawab besar dan tantangan yang dihadapi pembina berimplikasi pada kondisi psikologis mereka. Beban kerja, tuntutan moral, serta tekanan sosial dapat menimbulkan stres jika tidak dikelola dengan baik. Namun, pada saat yang sama banyak pembina tetap menunjukkan komitmen tinggi dalam menjalankan tugas. Fenomena ini menimbulkan pertanyaan penting: bagaimana para pembina pesantren modern memaknai kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) dalam keseharian mereka?

Psychological Well-Being adalah elemen penting dalam kehidupan individu yang menunjukkan keadaan terbaik dari fungsi psikologis seseorang. Dalam konteks pendidikan Islam, terutama di lembaga pesantren, *psychological well-being* memiliki makna yang sangat signifikan mengingat posisi strategis pesantren sebagai pusat pengembangan ilmu pengetahuan, moralitas, dan spiritualitas. Dalam konteks pendidikan Islam, pencapaian *psychological well-being* tidak hanya berkaitan dengan kesehatan mental individu, tetapi juga dengan kemampuan untuk mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dan moral dalam kehidupan sehari-hari (Koenig, 2012).

Konsep *psychological well-being* (PWB) yang dikembangkan oleh Ryff (1989) menawarkan kerangka untuk memahami kesejahteraan individu melalui enam dimensi, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Akan tetapi, teori ini lahir dari konteks masyarakat Barat yang cenderung individualistik. La Kahija (2017) kemudian mengadaptasi teori Ryff ke dalam konteks Indonesia dengan menekankan aspek spiritualitas dan nilai kolektivitas, sehingga lebih sesuai dengan karakter masyarakat Indonesia yang religius dan komunal.

Lebih jauh, PWB menjadi semakin relevan ketika diintegrasikan dengan perspektif Islam. Nilai-nilai Islam seperti *ridha* (penerimaan), sabar, syukur, serta tujuan hidup sebagai ibadah memberikan kerangka spiritual yang melengkapi dimensi PWB. Dalam konteks pesantren, integrasi ini sangat penting karena kesejahteraan pembina tidak hanya diukur dari fungsi psikologis semata, melainkan juga dari ketenangan batin dan kebermaknaan hidup yang berakar pada iman dan pengabdian kepada Allah (Subandi, 2016).

Studi awal yang dilakukan peneliti melalui observasi dan wawancara informal dengan 3 orang pembina di Pondok Pesantren X pada bulan Mei 2025 mengungkap beberapa temuan menarik. Pertama, terdapat variasi yang signifikan dalam cara pembina memaknai dan mengelola tantangan psikologis yang mereka hadapi.

“Kekuatan itu datangnya dari Allah, jadi pada saat ngerasa lelah kita kuat karna Allah. Terus yang kedua, jadi bagi saya tuh kalau social time dengan temen-temen di luar, bagi komunitas atau organisasi gitu bagian dari menyeimbangkan kondisi rutinitas yang ada di rumah, rutinitas yang ada di pesantren, jadi dengan tadi ketemu sama temen-temen di luar, di organisasi, berkomunitas”

Kedua, sebagian pembina mengembangkan mekanisme koping yang unik dengan mengintegrasikan praktik spiritual Islam dan strategi psikologis modern.

“Yang pertama yang jelas saya berdiskusi dengan pendamping saya—istri saya, itu yang paling, hal yang memberikan masukan ketika saya membina atau saya sudah stres, itu sangat besar peran istri itu untuk mendampingi. Yang jelas beribadah sudah pasti, saya biasanya ngadu sama Allah, ngadu di sepertiga malam, udah saya ngadu “Ya Allah berikan terbaik, hati ini untuk bisa menata hati bagaimana saya menjaga hati””

Temuan awal ini menunjukkan kompleksitas fenomena *psychological well-being* pembina pesantren yang tidak dapat dipahami hanya melalui pendekatan kuantitatif semata. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi untuk mengeksplorasi secara mendalam pengalaman subjektif pembina Pondok Pesantren X terkait *psychological well-being* mereka.

Berdasarkan penjelasan di atas, penelitian mengenai “Studi Fenomenologi *Psychological Well-Being* pada Pembina Pondok Pesantren X” menjadi sangat relevan dan urgen untuk dilaksanakan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan kajian psikologi positif berbasis budaya dan spiritualitas, sekaligus memberikan kontribusi praktis bagi pengelolaan sumber daya manusia di lingkungan pesantren, serta mendukung peningkatan kesejahteraan psikologis para pembina.

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu bagaimana gambaran *psychological well-being* pada pembina pondok pesantren X?

Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* pada pembina pondok pesantren X.

Kegunaan Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang sudah disampaikan diatas diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dengan dua kontribusi utama: *pertama*, memperkaya pengetahuan dalam keilmuan di bidang psikologi khususnya pada psikologi positif dan studi islam; *kedua*, dapat digunakan untuk landasan referensi bagi pengembangan penelitian lanjutan yang relevan dengan tema dan topik dalam penelitian ini.

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat langsung bagi peneliti maupun lembaga pendidikan. Bagi peneliti, temuan ini akan memperkaya pemahaman mengenai *psychological well-being*, sekaligus menjadi sarana pengembangan wawasan keilmuan. Sementara bagi sekolah–khususnya pesantren– dapat dijadikan pertimbangan daalm merumuskan kebijakan yang mendukung kesehatan mental para pembina hasil penelitian.

