

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Psychological well-being saat ini menjadi perhatian penting dalam bidang psikologi karena berpengaruh langsung terhadap kualitas hidup individu (Rahmaniah & Brebahama, 2025). Banyak individu mengalami berbagai kesulitan dalam mencapai *psychological well-being* yang optimal. Menurut *World Health Organization* (2014) permasalahan yang dapat menurunkan *psychological well-being* sering kali dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti stres kronis, tekanan sosial, serta kondisi ekonomi yang meningkat dan sulit, sehingga berpotensi dapat menimbulkan perasaan terisolasi dan ketidakberdayaan.

Permasalahan *psychological well-being* tidak hanya terjadi pada masyarakat umum, tetapi juga dapat dialami oleh individu yang berada dalam lingkungan pendidikan dengan sistem kehidupan yang padat dan terstruktur (Nasir et al., 2024). Salah satu lingkungan tersebut adalah pondok pesantren, yang menuntut santri untuk beradaptasi dengan pola hidup disiplin, taat aturan, serta tekanan akademik dan sosial. Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan Islam yang tidak hanya berfungsi sebagai tempat menuntut ilmu agama, tetapi juga sebagai wadah pembentukan karakter, moral, akademik, dan kepribadian santri (Septuri, 2020). Di lingkungan pendidikan, khususnya di pondok pesantren, santri sering menghadapi berbagai tantangan yang dapat memengaruhi kesehatan mental mereka. Penelitian dari Putra et al., (2025) mengatakan bahwa sistem pengaturan di pondok pesantren mengharuskan para santri untuk mengikuti aturan dan pembelajaran yang ada di pondok pesantren. Berbagai tuntutan seperti tekanan akademis, interaksi sosial, dan penyesuaian dengan lingkungan dapat memicu gangguan kesehatan mental dan rendahnya *psychological well-being*. Selain itu, aturan yang ketat di pesantren dapat

menambah tekanan, sehingga berpotensi menimbulkan kecemasan, emosi yang tidak stabil, dan depresi pada santri

Menurut banyak penelitian, tingkat *psychological well-being* santri di pondok pesantren umumnya berada pada kategori yang cukup baik namun belum optimal. Hasil penelitian Prasetyaningrum et al., (2021) menunjukkan bahwa tingkat *psychological well-being* santri berada pada kategori sedang. Juga penelitian yang dilakukan oleh Fitriyani (2019) menggambarkan fakta 44% santri MBS Sleman memiliki tingkat *psychological well-being* rendah dan 48% santri Ibnu Qoyyim Putri juga memiliki *psychological well-being* rendah. Pada penelitian Revelia (2019) menyebutkan bahwa tingkat *psychological well-being* yang dipengaruhi oleh faktor kepribadian dan *adversity quotient* masih dalam kategori rendah, sehingga perlu adanya faktor lain yang dapat meningkatkan *psychological well-being* pada santri. Penelitian tersebut menyebutkan bahwa beberapa santri masih menghadapi beberapa tekanan psikologis seperti jenuh, bosan, dan terkekangnya kebebasan akibat rutinitas pondok yang padat dan terstruktur.

Meskipun demikian, tidak sedikit santri yang telah lulus pendidikannya memilih untuk tetap melanjutkan pendidikan dan mengabdikan dirinya di pondok pesantren, dengan harapan berkhidmat kepada guru/kiai dan pesantren sebagai bentuk dedikasi spiritual dan tanggung jawab moral. Dengan begitu, santri yang melakukan pengabdian dapat menjadikan sebuah penguatan identitas religious, karena pengabdian dapat memperdalam pengamalan nilai Islam dalam kehidupan sosial, sehingga santri tidak hanya disiapkan sebagai individu berilmu, tetapi juga sebagai pelayan umat dan masyarakat (Azra, 2012). Dalam konteks ini, pengabdian sukarela yang dilakukan santri yang sudah lulus pendidikannya menjadi bagian penting dari pembentukan identitas religious dan sosial santri sebagai insan yang mengamalkan ilmu.

Tipologi pondok pesantren dapat diklasifikasikan menjadi dua, yaitu pesantren salaf dan pesantren *khalaf* (modern), sehingga budaya pengabdian di pondok pesantren berbeda-beda, tergantung dengan sistem yang dibuat oleh pihak pondok pesantren. Menurut Yayasan Al-Ma'soem Bandung (2023) bahwa beberapa pondok pesantren salaf membuat program untuk masa pengabdian bagi para santrinya yang telah lulus dengan minimal satu tahun atau lebih sebagai syarat kelulusan. Program pengabdian tersebut bersifat internal dengan tugas yang diberikan, seperti mengurus rumah tangga kiai, membersihkan rumah, mendampingi kebutuhan sehari-hari dan lain sebagainya. Berbeda halnya dengan pondok pesantren *khalaf* (modern) yang memiliki program lebih terstruktur, berbasis lembaga yayasan dan lebih terintegrasi kurikulum dengan pelatihan karakter (Sya'diyyah, 2024). Tugas-tugas pengabdian di pondok pesantren *khalaf* (modern) diantaranya seperti santri terlibat di unit usaha pondok (ekonomi, pendidikan), atau kolaborasi eksternal seperti KKN.

Namun, terdapat beberapa pondok pesantren yang tidak mempunyai program masa pengabdian, sehingga banyak santri yang sukarela melakukannya tanpa ada tuntutan atau paksaan dari pihak manapun. Salah satunya di Pondok Pesantren salafy X, yang berbasis pondok pesantren salafy. Di pondok pesantren tersebut, pihak pondok pesantren tidak memiliki program untuk masa pengabdian yang dibuat, sehingga pondok pesantren tersebut menerima siapa saja yang berkeinginan untuk melakukan pengabdian. Meskipun demikian, terdapat beberapa kriteria yang tidak tertulis untuk pengabdian yang dilakukan oleh para santrinya. Kriteria tersebut diantaranya santri aktif pondok pesantren, santri alumni pondok pesantren, belum menikah, bersedia ditempatkan dimana saja, bersedia untuk tidak diberikan gaji, dan juga bersedia melakukan tugas-tugas yang diberikan oleh pihak pondok pesantren.

Pondok pesantren salafy menjaga bahwa apa yang telah diajarkan dari generasi sebelumnya tetap harus dilanjutkan mulai dari manajemen, metode pendidikan, dan kurikulum yang tradisional (Hidayati & Humam, 2021). Pengabdian ini dilihat sebagai bagian dari pencarian ilmu yang tidak hanya bersifat duniawi, tetapi juga berkaitan dengan aspek batin dan spiritual (Alfajari, 2016). Pengabdian yang dilakukan para santri menjadi fenomena unik dalam masa kini, dimana zaman semakin canggih dan juga kebutuhan yang selalu memerlukan material. Pengabdian pada zaman ini semakin jarang diminati karena pergeseran kebutuhan bahkan tidak adanya gaji yang diberikan, sehingga dapat berpotensi terganggunya kesejahteraan psikologi yang dipengaruhi oleh keadaan ekonomi. Menurut Kementerian Koordinator Kesejahteraan Rakyat, sejahtera menunjukkan kondisi dimana kebutuhan dasar manusia terpenuhi. Kebutuhan tersebut meliputi mutu pangan, kesehatan, sandang, papan, pendidikan, dan lapangan pekerjaan serta lingkungan yang aman dan nyaman untuk ditinggali. Namun, pengabdian yang dilakukan tanpa adanya gaji yang diperoleh santri pengabdian pesantren salafy X masih banyak yang melakukannya.

Santri yang mengabdikan juga dipandang sebagai agen regenerasi yang membantu melanjutkan tradisi pesantren serta menjaga keberlangsungan lembaga (Ziemek, 1986). Pengabdian sukarela dalam tradisi santri sering disebut sebagai *khidmah*, memiliki karakteristik yang lebih spesifik karena berakar pada nilai religius, adab, dan relasi spiritual. Pengabdian ini tidak sekadar dipahami sebagai kontribusi sosial umum, tetapi sebagai bentuk pengabdian moral dan spiritual kepada pesantren serta figur otoritatif keagamaan. Dhofier (1982) menjelaskan bahwa dalam pesantren, *khidmah* merupakan bagian dari sistem nilai yang menekankan keikhlasan, loyalitas, dan penghormatan terhadap kyai sebagai pusat otoritas keilmuan dan spiritual.

Santri yang melakukan pengabdian umumnya berada pada usia remaja akhir menuju kedewasaan awal. Masa tersebut merupakan periode transisi yang ditandai oleh berbagai tuntutan

dan tanggung jawab baru, seperti penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial, pengambilan keputusan penting, serta pencarian makna hidup (Santrock, 2021). Pada fase ini, individu secara normatif mulai mengarahkan diri pada pengembangan karir, pendidikan lanjutan, kemandirian finansial dan pembentukan komitmen relasi yang lebih intim. Secara teoritis, masa ini juga berkaitan dengan upaya dalam memperluas pengalaman hidup dan mengeksplorasi berbagai kemungkinan peran sosial dalam menetapkan pilihan jangka panjang.

Namun, temuan Parker (2008) mengenai pengalaman remaja di pondok pesantren modernis menunjukkan dinamika perkembangan yang berbeda dari gambaran normatif Barat. Sejak masa remaja, santri telah hidup dalam sistem pendidikan yang bersifat total dengan jadwal yang padat, disiplin yang ketat, kehidupan komunal, juga internalisasi nilai dakwah dan pelayanan umat. Sehingga, identitas diri mereka dibentuk dalam kerangka kolektif dan religius dengan tujuan menjadi generasi Muslim yang mampu menyebarkan kebaikan dan berkontribusi bagi masyarakat. Namun, hal tersebut menunjukkan kesenjangan dengan tugas perkembangan remaja akhir menuju dewasa awal yang secara normatif menekankan eksplorasi diri, kemandirian, dan pengembangan karir diluar lingkungan pendidikan. Pada fase yang seharusnya menjadi masa perluasan pengalaman dan otonomi personal, sebagian santri justru memilih atau menjalani pengabdian di pondok pesantren dengan tanggung jawab pelayanan dan tanpa batas waktu yang pasti. Sehingga kondisi ini menimbulkan pertanyaan mengenai *psychological well-being* mereka.

Para pengabdi di Pondok Pesantren salafy X memiliki tugas yang sama halnya dengan pengurus atau pembimbing pesantren (musyrif/mudabbir), sehingga sering dihadapkan pada beban kerja yang berat, diantaranya seperti bertanggung jawab terhadap keseharian dan kemandirian santri (Sulthon & Satria, 2023), membangunkan santri untuk sholat subuh, mengajak sholat berjamaah dan mengaji (Robbani & Aini, 2023), bahkan melakukan pembentukan karakter melalui

pembinaan kedisiplinan, pengawasan serta penerapan aturan pesantren (Ningsih, Sunarto, & Utami, 2019), juga harapan dari berbagai pihak. Selain tugas-tugas pokok tersebut, ekspektasi dari berbagai pihak terus menekan seperti keluarga santri yang mempercayakan masa depan anak-anak mereka, pihak pesantren yang menuntut kepatuhan mutlak terhadap aturan, dan bahkan masyarakat setempat yang memandang pesantren sebagai pusat nilai-nilai kehidupan. Dengan keterbatasan sumber daya tersebut lambat laun dapat menimbulkan stres kronis dan kelelahan psikologis. Selain itu, kurangnya waktu untuk pengembangan diri dan adanya tekanan sosial dalam komunitas pesantren dapat menghambat tercapainya *psychological well-being* yang optimal.

Kehidupan pengabdian di pondok pesantren tidak terlepas dari berbagai tantangan psikologis dan tantangan sosial. Dalam penelitian fenomenologi yang dilakukan oleh Habibi (2024) menunjukkan bahwa hasil dari wawancara kepada *abdi dalem* atau santri yang khidmat pada setiap tugas yang diberikan oleh kiai mereka mendapatkan makna hidup selama tinggal di pesantren, namun di sisi lain mereka juga kerap mengalami rasa lelah, stress, kesal, perasaan bersalah dan lain sebagainya. Meskipun tugas yang diemban dapat memicu kelelahan emosional dan kelelahan psikologis, tujuan mereka tidak semata-mata didasarkan pada aspek material dan penghasilan. Sebaliknya, santri yang mengabdikan tetap merasakan kebahagiaan dalam menjalankan tugasnya. Selama menjalani pengabdian, mereka tidak hanya memperoleh ilmu agama dan sosial, tetapi juga belajar mengelola tanggung jawab, membangun hubungan sosial, serta menyesuaikan diri dengan nilai-nilai kehidupan pesantren.

Psychological well-being merupakan gambaran kondisi mental individu yang berfungsi secara positif, baik dari mental, nilai positif dan juga emosi positif yang bisa menghadapi problematika kehidupan individu (Eva, Shanti, Hidayah, & Bisri 2020). *Psychological well-being* bagi manusia sangat penting, bahkan kesejahteraan yang baik dapat berpotensi bebas dari

kesusahan dan juga masalah mental yang lainnya. Menurut model *psychological well-being* Ryff (2014) terdapat enam dimensi yang digunakan untuk mengukur *psychological well-being* seseorang. Dimensi-dimensi ini termasuk menerima fakta bahwa seseorang memiliki kelebihan dan kekurangan, mengarahkan hidupnya ke tujuan tertentu, menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, menjadi orang yang mandiri, memiliki kemampuan untuk mengendalikan lingkungannya, dan terus mengembangkan diri.

Peneliti melakukan studi awal kepada beberapa pengabdi Pondok Pesantren salafy X, untuk melihat gambaran mengenai *psychological well-being* mereka. Studi awal tersebut berisi 10 pertanyaan kuesioner terbuka diberikan melalui *gform* yang tersebar kepada 45 responden pengabdi Pondok Pesantren salafy X dengan data demografi sebagai berikut.

Tabel 1.1 Data Demografi Responden

Kategori	Frekuensi	Persentasi (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	21	46.7
Perempuan	24	53.3
Lama Menjadi Pengabdi		
1 Tahun	3	6.7
2 Tahun	3	6.7
3 Tahun	4	8.9
4 Tahun	8	17.8
5 Tahun	8	17.8
> 5 Tahun	19	42.1

Hasil studi awal yang dilakukan oleh peneliti di salah satu Pondok Pesantren Salafy X menunjukkan bahwa respons yang diberikan oleh partisipan mencerminkan beberapa dimensi dari *psychological well-being*. Hasilnya bahwa sekitar 38 pengabdi pesantren (84%) dalam menjalankan tugasnya telah mengalami perubahan yang signifikan seperti menjadi lebih bertanggung jawab, menjadi pribadi yang lebih baik, menjadi lebih disiplin, bisa menyelesaikan masalah dengan bijak, dan bisa mengatur waktu antara tugas yang diberikan dengan tugas pribadi.

Temuan ini mencerminkan berkembangnya dimensi *personal growth*, yang ditandai dengan adanya perkembangan diri dan peningkatan kualitas pribadi. Juga sebanyak 36 pengabdian pesantren (80%) mampu melihat kekurangan bukan sebagai kelemahan, tapi sebagai bagian dari proses pembelajaran dan ibadah. Mereka tidak menyalahkan diri, melainkan mengubah pengalaman sulit menjadi kesempatan untuk terus belajar dan bertumbuh. Temuan ini menunjukkan adanya dimensi *self-acceptance*, yaitu kemampuan menerima diri secara positif, termasuk kelebihan dan kekurangan yang dimiliki.

Sementara itu, sebanyak 27 pengabdian (60%) merasa tidak bebas dalam mengambil keputusan dan masih bergantung pada arahan guru atau sistem pondok. Keputusan yang diambil lebih banyak mengikuti nilai dan aturan eksternal daripada keyakinan pribadi. Hal ini menunjukkan bahwa kemandirian psikologis dan kepercayaan diri dalam menentukan pilihan masih perlu diperkuat, agar pengabdian mampu bertindak secara mandiri namun tetap sesuai dengan nilai-nilai yang diyakini. Sehingga, kondisi ini menunjukkan adanya dimensi *autonomy* masih perlu diperkuat, terutama dalam kemampuan untuk membuat keputusan secara mandiri tanpa mengabaikan nilai-nilai yang dianut.

Selain itu, 29 pengabdian (65%) masih menghadapi tekanan tugas dengan cara pasif, seperti menerima keadaan, menenangkan diri, atau bersabar tanpa strategi penyelesaian aktif. Mereka lebih menekankan aspek spiritual dan penerimaan takdir dibanding kemampuan mengatur dan mengendalikan situasi. Temuan ini mengindikasikan bahwa adanya dimensi *environmental mastery* yang belum berkembang secara optimal, khususnya dalam kemampuan mengelola tuntutan dan mengatasi berbagai tantangan secara efektif. Selanjutnya, sebanyak 20 pengabdian (44%) masih merasa kurang dihargai, diabaikan, atau mengalami kesulitan menjalin hubungan yang hangat dengan para santrinya. Cara menyikapi konflik cenderung pasif seperti diam,

menghindar, atau mengabaikan pihak lain. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa adanya dimensi *positive relations with others* masih perlu ditingkatkan, terutama dalam membangun hubungan interpersonal yang positif, saling percaya, dan penuh empati.

Kondisi-kondisi psikologis yang dialami oleh para pengabdian mengindikasikan bahwa adanya kesenjangan antara perkembangan pribadi yang telah terbentuk dengan temuan empiris. Secara umum, beban tugas yang tinggi, tekanan sosial dan juga tanggungjawab yang berlebihan seringkali dikaitkan dengan meningkatkan stres dan berpotensi dapat menurunkan *psychological well-being*. Namun, temuan di lapangan menunjukkan bahwa para pengabdian di pondok pesantren meskipun mengalami kelelahan fisik dan psikologis, tetap menjalankan tugas pengabdian dengan senang hati, bertahan dalam jangka waktu yang lama, dan juga memaknai peran tersebut secara positif. Kondisi tersebut menunjukkan adanya mekanisme psikologis dan juga sosial yang memungkinkan para pengabdian tetap mampu berfungsi secara positif ditengah tekanan yang dihadapi. Sehingga perbedaan antara temuan empiris umum dan realitas yang dialami oleh pengabdian pondok pesantren yang menimbulkan pertanyaan ilmiah mengenai faktor-faktor yang berperan dalam menjaga *psychological well-being* para pengabdian.

Berdasarkan *literature review* terdapat beberapa faktor internal maupun eksternal dalam berkontribusi serta menjaga *psychological well-being* yang baik. Ryff mengatakan bahwa *psychological well-being* dapat dicapai melalui faktor internal dan juga eksternal, sehingga ditemukan beberapa prediktor, diantaranya umur, gender, dan budaya (Ryff, 1995), religiusitas (Situmorang, Milfayetty, Hasanuddin 2024, Laila, 2019 , & R. A. Ningsih, 2024), faktor psikososial, resiliensi, dukungan sosial dan teknik koping (Kurniawan & Eva, 2020), dukungan sosial (Eva et al., 2020 & Aini, 2016), *mindfulness* (Syafiasani & Rahayu, 2022), dan konsep diri (Khootimah, Afrian, Suniyah, & Lucky, 2024).

Dalam studi awal yang dilakukan, hampir seluruh pengabdian pondok pesantren sebanyak 80% menunjukkan adanya *prosocial behavior* dalam menjalankan tugasnya. Mereka menggambarkan bahwa tanggung jawab sebagai pengabdian bukan semata-mata beban kerja yang berat, melainkan pekerjaan yang ingin dilakukan untuk berkontribusi dalam pengembangan pondok pesantren. Beberapa responden menyebut bahwa perilaku tersebut berasal dari diri sendiri yang ingin *berkhidmah* atau membantu dalam perkembangan pondok pesantren. Selain itu, sikap yang dilakukan oleh para pengabdian tercermin dalam berbagai tindakan yang dapat berorientasi pada kepedulian dan juga kesejahteraan santri. Para pengabdian lain menyebutkan bahwa tugasnya tidak hanya berperan dalam kegiatan sehari-hari, tetapi juga sebagai figur aktif bagi santri-santri yang mengalami kesulitan akademik, emosional dan juga sosial. Sikap dari *prosocial behavior* terlihat dari bagaimana para pengabdian meluangkan waktu dan tenaga untuk membimbing santri, menyelesaikan permasalahan-permasalahan santri, serta mendampingi santri dalam situasi tertentu tanpa mengharapkan imbalan dan tanpa ada batasan waktu yang ditentukan, sehingga *prosocial behavior* yang dilakukan bersifat jangka panjang.

Prosocial behavior yang ada pada pengabdian menjadi sarana dalam memperoleh kekuatan dan kesejahteraan. Sebuah riset dari Mulyawati, Marini, & Nafiah (2022) mengungkapkan bahwa individu yang berperilaku aktif dalam aktivitas sosial atau melakukan *prosocial behavior*, dampaknya akan tercipta keharmonisan hubungan, terhindar dari rasa kesepian, juga penyebaran rasa kasih sayang dimana individu ini akan dapat merasakan dampak positif terhadap terjalinnya hubungan baik dengan individu lainnya. Penelitian yang dilakukan oleh Harahap, Nura'rafaa, Ridwan, & Abdillah (2024) menyebutkan bahwa *prosocial behavior* tidak hanya bermanfaat bagi orang lain, melainkan juga meningkatkan *psychological well-being*, hal ini ditunjukkan dengan

meningkatnya kemampuan adaptasi, penurunan tingkat depresi dan keputusasaan, juga aspek-aspek lain yang mencerminkan kondisi psikologis yang lebih baik.

Dalam lingkungan pondok pesantren, *prosocial behavior* dibentuk dari aktivitas-aktivitas keseharian yang menimbulkan rasa empati, peduli dan juga tolong menolong. Aktivitas keseharian yang membangun rasa tersebut yakni seperti peduli terhadap lingkungan pondok dengan membantu kebersihan lingkungan, peduli ketika teman lingkungan sedang tidak baik, memberikan kontribusi untuk kesejahteraan pondok pesantren, dan aktivitas lainnya yang menjadikan *prosocial behavior* tersebut muncul. Para santri yang melakukan perilaku tersebut merasakan keuntungan yang baik, walaupun tidak berupa material tapi mereka merasakan adanya ketenangan, kebahagiaan, dan kesejahteraan. Menurut Mintarsih (2015) bahwa *prosocial behavior* memberikan sensasi nilai, kepuasan, dan kebanggaan yang signifikan terhadap rutinitas sehari-hari yang dia alami.

Selain itu, dalam studi awal yang dilakukan, hampir seluruh responden sebanyak 70% menyinggung adanya hubungan yang positif dari guru/kiai. Para pengabdian menyebutkan bahwa mereka mendapatkan hubungan baik dengan guru/kiai sehingga mereka merasa tugas-tugasnya menjadi lebih mudah untuk dikerjakan dan dibimbing dengan baik. Bahkan mereka menyebutkan ketika hubungan antara para pengabdian dan guru baik secara emosional, mereka menjadi lebih semangat dan bahagia dalam menjalankan tugasnya. Juga para pengabdian menyebutkan bahwa mereka memiliki rasa komitmen terhadap guru/kiai dan pesantren dalam berkontribusi terhadap perkembangan dan kesejahteraan pondok pesantren. Di sisi lain, para pengabdian juga menunjukkan sikap menghormati, mempercayai, serta terbuka kepada guru/kiai dalam proses pembelajaran maupun dalam menyampaikan permasalahan yang dihadapi. Interaksi yang hangat, saling menghargai, dan dilandasi rasa percaya tersebut dapat menciptakan lingkungan pendidikan yang

aman dan suportif, sehingga para pengabdian merasa diterima, dihargai, dan memiliki hubungan sosial yang positif.

Menurut Pianta (2006) interaksi dan hubungan antara murid dan guru sangat penting untuk mengatur emosi, pemecahan masalah, yang pada akhirnya dapat membantu prestasi akademik mereka. Lebih lanjut menurut Pianta, Hamre, & Allen (2012) hubungan dan interaksi siswa dengan guru dapat menghasilkan atau menghambat perubahan perkembangan, memberikan tantangan yang bermakna dan memberikan dukungan sosial juga relasional. Menurut penelitian dari Kusumawardani, Yulindrasari, & Dahlan (2024) bahwa hubungan yang positif antara murid dan guru menjadikan para murid merasa aman, didukung secara emosional, dan dibantu secara akademik, sehingga emosional dan psikologisnya sejahtera. Juga penelitian dari Hilda (2023) bahwa hubungan positif yang dilakukan oleh guru dan murid menjadi salah satu faktor penting yang dapat menciptakan lingkungan pendidikan yang aman, nyaman, juga merasa dihargai dan didengar, sehingga dapat meningkatkan rasa percaya diri dan mengurangi rasa kecemasan sosial pada murid.

Begitu juga dalam konteks pengabdian, yaitu santri yang melakukan pengabdian di pondok pesantren. Interaksi antara guru dan murid yang positif akan menjadikan para murid berkembang baik secara akademik maupun sosial emosinya (Mallik, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Kusumawardani et al., (2024) bahwa hubungan yang baik antara guru dan murid akan mengurangi gangguan emosional, meningkatkan motivasi dan juga dapat mendorong dalam kesuksesan mereka. Dalam menjalankan tugasnya, pengabdian menjadikan hubungan yang baik terhadap kiai sebagai pondasi atau kekuatan dalam menghadapi berbagai tantangan yang diberikan. Mayoritas pengabdian banyak yang menjalin hubungan baik terhadap gurunya, karena mereka merasa bahwa guru/kiai adalah orangtua mereka selama di pondok pesantren. Penelitian dari Fadhillah (2020)

bahwa secara umum, hubungan emosional kiai dan santri di pesantren salaf jauh lebih dekat dibanding pesantren modern, karena kiai menjadi figur sentral, sebagai edukator karakter, pembimbing rohani, dan pengajar ilmu agama.

Fenomena yang ditemukan di pondok pesantren salafy X menunjukkan bahwa santri pengabdian tetap mampu menjalankan pengabdian dalam jangka waktu yang lama meskipun menghadapi berbagai tuntutan fisik, psikologis, dan sosial serta tidak memperoleh imbalan material. Studi awal menunjukkan bahwa sebagian besar pengabdian memiliki kecenderungan *prosocial behavior* yang tinggi dan menjalin *student-teacher relationship* yang positif dengan guru atau kiai. Di sisi lain, beberapa dimensi dari *psychological well-being* masih belum berkembang secara optimal. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa *psychological well-being* pengabdian merupakan fenomena yang kompleks, karena di tengah berbagai tekanan yang dihadapi mereka tetap mampu bertahan, memaknai pengabdian secara positif, dan menunjukkan fungsi psikologis yang relatif baik.

Berdasarkan tinjauan latar belakang masalah, terdapat indikasi bahwa *psychological well-being* pada santri yang melakukan pengabdian dipengaruhi oleh *prosocial behavior* dan juga faktor relasi dengan figur. Penelitian sebelumnya telah mengungkapkan bahwa *prosocial behavior* dikalangan mahasiswa berkontribusi sebesar 20,7% terhadap *psychological well-being* (Harahap et al., 2024). Juga ada penelitian lainnya yang mengungkap kontribusi *prosocial behavior* dikalangan sekolah dasar sebesar 89,9% pada *psychological well-being* (Mulyawati et al., 2022). Temuan tersebut menunjukkan bahwa *prosocial behavior* memiliki peran dalam meningkatkan *psychological well-being* pada berbagai kelompok subjek. Namun, hingga saat ini penelitian yang mengkaji hubungan antara *prosocial behavior* dan *psychological well-being* pada santri pengabdian pondok pesantren masih sangat terbatas. Sebagian besar penelitian terdahulu dilakukan pada

mahasiswa dan siswa sekolah, sehingga hasilnya belum dapat menggambarkan kondisi santri pengabdian yang memiliki karakteristik, tuntutan, dan lingkungan pengabdian yang berbeda. Oleh karena itu, diperlukan penelitian untuk menguji peran *prosocial behavior* terhadap *psychological well-being* pada santri pengabdian pondok pesantren.

Selain itu, belum ditemukan secara khusus penelitian terkait *student-teacher relationship* yang berkontribusi terhadap *psychological well-being*, maka hal tersebut menjadi pemicu bagi peneliti untuk mengambil penelitian ini. Juga penelitian mengenai hubungan guru dan murid pada konteks santri pengabdian pondok pesantren juga masih terbatas. Padahal, hubungan antara santri pengabdian dengan guru atau kiai memiliki karakteristik yang khas karena dibangun melalui proses pembelajaran, pembinaan, dan pengabdian yang berlangsung secara intensif. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang menguji pengaruh *student-teacher relationship* terhadap *psychological well-being* pada santri pengabdian.

Lebih lanjut, berdasarkan penelusuran literatur yang dilakukan, belum banyak penelitian yang menguji *prosocial behavior* dan *student-teacher relationship* secara simultan sebagai prediktor *psychological well-being* pada santri pengabdian pondok pesantren. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan penelitian yang perlu dikaji lebih lanjut. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan menguji pengaruh *prosocial behavior* dan *student-teacher relationship*, baik secara simultan maupun parsial, terhadap *psychological well-being* santri pengabdian Pondok Pesantren Salafy X. Penelitian ini penting dilakukan karena santri pengabdian merupakan sumber daya utama yang menopang keberlangsungan pendidikan, pembinaan, dan pelayanan di pondok pesantren. Dengan demikian, pemahaman mengenai faktor-faktor yang mendukung *psychological well-being* mereka diharapkan dapat menjadi landasan bagi pengembangan strategi pembinaan yang mampu menjaga kesejahteraan psikologis serta keberlanjutan peran pengabdian mereka.

Maka dari itu, penelitian akan dilakukan dengan fokus pada topik pengaruh *prosocial behavior* dan *student-teacher relationship* terhadap *psychological well-being* santri yang melakukan pengabdian di Pondok Pesantren Salafy X.

Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan mengenai latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, masalah utama yang akan dibahas dalam penelitian ini yaitu:

1. Apakah *prosocial behavior* mempengaruhi *psychological well-being* santri yang melakukan pengabdian di Pondok Pesantren Salafy X?
2. Apakah *student-teacher relationship* mempengaruhi *psychological well-being* santri yang melakukan pengabdian di Pondok Pesantren Salafy X?
3. Apakah *prosocial behavior* dan *student-teacher relationship* secara simultan dapat menjadi prediktor terhadap *psychological well-being* santri yang melakukan pengabdian di Pondok Pesantren Salafy X?

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pengaruh *prosocial behavior* terhadap *psychological well-being* santri yang melakukan pengabdian di Pondok Pesantren Salafy X.
2. Untuk mengetahui pengaruh *student-teacher relationship* terhadap *psychological well-being* santri yang melakukan pengabdian di Pondok Pesantren Salafy X.
3. Untuk mengetahui pengaruh *prosocial behavior* dan *student-teacher relationship* secara simultan terhadap *psychological well-being* santri yang melakukan pengabdian di Pondok Pesantren Salafy X.

Kegunaan Penelitian

Berdasarkan uraian tujuan penelitian diatas, penelitian ini diharapkan akan dapat memberikan manfaat. Berikut adalah manfaat yang diharapkan pada penelitian ini:

Kegunaan Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan memberikan keikutsertaan yang bermanfaat dalam bidang psikologi pendidikan pesantren dan psikologi sosial. Juga, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan wawasan lebih lanjut tentang bagaimana *prosocial behavior* dan *student-teacher relationship* dapat berkontribusi terhadap *psychological well-being* santri yang melakukan pengabdian di Pondok Pesantren Salafy. Selain itu, penelitian ini diharapkan bisa digunakan sebagai acuan atau sumber informasi bagi riset-riset berikutnya yang berhubungan dengan psikologi pendidikan pesantren dan psikologi sosial.

Kegunaan Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan kepada pondok pesantren terutama pada santri yang melakukan pengabdian di Pondok Pesantren Salafy X dalam mengoptimalkan *psychological well-being*. Selain itu, penelitian ini diharapkan mampu menyediakan wawasan mengenai bagaimana peran *prosocial behavior* dan *student-teacher relationship* dapat berkontribusi terhadap *psychological well-being* santri yang melakukan pengabdian di Pondok Pesantren Salafy X.