

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Dalam kehidupan, setiap individu tidak terlepas dari berbagai tantangan, permasalahan, dan keterbatasan yang berasal dari faktor internal maupun eksternal. Dinamika tersebut menjadi bagian penting dalam proses manusia mencapai tujuan hidupnya. Namun, dalam realitasnya tidak semua individu mampu menghadapi tekanan dan kesulitan secara optimal. Sebagian individu mengalami hambatan hingga gagal mencapai tujuan hidupnya, sementara sebagian lainnya justru mampu bertahan, berkembang, dan mengaktualisasikan potensi dirinya secara maksimal (Zahro and Amelia 2025). Fenomena tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan individu tidak hanya ditentukan oleh faktor eksternal, tetapi juga dipengaruhi oleh kekuatan internal yang dimiliki individu dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan (Sugih 2022).

Dalam konteks pendidikan, pengembangan potensi diri menjadi bagian penting dalam menciptakan sumber daya manusia yang unggul. Namun, upaya peningkatan kualitas pendidikan di Indonesia masih menghadapi berbagai tantangan, terutama dalam hal pemerataan akses dan pembiayaan pendidikan. Oleh karena itu, Berdasarkan informasi dari laman Puslapdik Kemendikdasmen (Yanuar 2024) negara memiliki tanggung jawab untuk memastikan setiap individu memperoleh kesempatan yang sama dalam mengakses pendidikan yang berkualitas. Akan tetapi, realitas menunjukkan bahwa masih terdapat berbagai hambatan dalam dunia pendidikan, seperti keterbatasan ekonomi, kesenjangan akses pendidikan, serta kurangnya kesempatan pengembangan diri bagi sebagian masyarakat. Kondisi tersebut menyebabkan tidak semua individu mampu mengembangkan potensi dirinya secara maksimal, meskipun memiliki kemampuan dan keinginan untuk berkembang.

Sebagai upaya dalam memperluas akses pendidikan yang inklusif dan berkeadilan, pemerintah menghadirkan berbagai program bantuan pendidikan, salah satunya melalui program Beasiswa Santri Berprestasi. Program tersebut memberikan kesempatan kepada santri untuk melanjutkan pendidikan tinggi sekaligus mengembangkan potensi akademik maupun non-akademik yang dimiliki. Mahasiswa

penerima Beasiswa Santri Berprestasi tidak hanya dituntut untuk mempertahankan prestasi akademik, tetapi juga diharapkan mampu mengembangkan kemampuan diri, beradaptasi dengan lingkungan perguruan tinggi, serta mempersiapkan diri menghadapi tantangan masa depan (Karim 2025). Dengan demikian, mahasiswa penerima beasiswa berada pada kondisi yang menuntut kemampuan pengembangan diri secara lebih optimal dibandingkan mahasiswa pada umumnya.

Namun, dalam realitasnya di lapangan, upaya pengembangan diri mahasiswa ini dihadapkan pada hambatan-hambatan sistemik dan operasional yang nyata. Berdasarkan wawancara, hambatan tersebut meliputi keterlambatan proses pencairan dana beasiswa yang mengganggu stabilitas finansial harian, tingginya tingkat kesulitan mata kuliah program studi yang diambil terutama saat memasuki semester-semester akhir serta keterbatasan fasilitas penunjang akademik di perguruan tinggi masing-masing. Di samping itu, sistem pembinaan dari instansi terkait yang dinilai sering berubah dan tidak konsisten kian menambah ketidakpastian yang harus dihadapi oleh para penerima beasiswa ini.

Pengembangan potensi diri tersebut berkaitan dengan konsep aktualisasi diri sebagaimana dijelaskan oleh Abraham Maslow dalam teori hierarki kebutuhan. Aktualisasi diri merupakan kebutuhan tertinggi manusia yang ditandai dengan kemampuan individu dalam mewujudkan seluruh potensi terbaik yang dimilikinya. Individu yang mampu mencapai aktualisasi diri umumnya memiliki kesadaran terhadap potensi dirinya, mampu mengembangkan kapasitas diri secara optimal, serta memiliki orientasi hidup yang lebih bermakna (Sagita, Chodijah, and Anditasari 2025). Namun, proses menuju aktualisasi diri tidak berlangsung secara mudah karena individu harus menghadapi berbagai tekanan, hambatan, dan tantangan dalam perjalanan hidupnya. Tidak sedikit individu yang mengalami ketakutan terhadap kegagalan sehingga cenderung menunda, menghindari tantangan, atau memilih bertahan pada zona nyaman dibandingkan menghadapi kemungkinan kegagalan yang dapat menghambat proses perkembangan dirinya (Al Farisi, Arpandy, and Fitriah 2024).

Fenomena tersebut juga terlihat pada mahasiswa penerima Beasiswa Santri Berprestasi Tahun 2023. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti,

ditemukan adanya perbedaan pola pengembangan diri di antara mahasiswa penerima beasiswa. Sebagian mahasiswa mampu terus berkembang melalui keterlibatan dalam organisasi, pengembangan kompetensi, serta pencapaian prestasi akademik maupun non-akademik. Namun, sebagian lainnya cenderung berhenti pada pencapaian sebagai penerima beasiswa dan hanya berfokus pada penyelesaian studi. Selain itu, ditemukan pula kecenderungan beberapa mahasiswa yang kurang berani mengambil peluang pengembangan diri karena takut gagal, kurang percaya diri, atau merasa terbebani dengan tuntutan akademik dan non-akademik yang dimiliki.

Dinamika ini memicu terjadinya stagnasi perkembangan diri. Akibat tekanan yang beruntun, sebagian mahasiswa memilih menarik diri dari lingkungan sosial kampus, mengalami penurunan rasa percaya diri yang drastis, serta membatasi aktualisasi dirinya hanya demi menggugurkan kewajiban akademik formal saja. Mereka terjebak dalam ketidakmampuan memanfaatkan peluang emas beasiswa karena dibayangi oleh ketakutan yang besar akan kegagalan (*fear of failure*), sehingga potensi unggul yang melekat pada label "Santri Berprestasi" menjadi tidak teraktualisasi secara optimal (Zahro, A., & Amelia 2025).

Maslow menguraikan konsep di atas sebagai *Jonah Complex* yang mana kondisi tersebut menunjukkan bahwa tidak semua individu mampu melanjutkan proses pengembangan dirinya secara optimal, meskipun berada dalam lingkungan dan kesempatan yang relatif sama (A. Maslow 1971). Perbedaan kemampuan individu dalam mempertahankan proses pengembangan diri menunjukkan adanya faktor internal yang memengaruhi aktualisasi diri. Salah satu faktor internal yang diduga memiliki hubungan dengan aktualisasi diri adalah sikap sabar. Dalam perspektif psikologi, sabar berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengendalikan emosi, mengelola tekanan, serta mempertahankan konsistensi perilaku ketika menghadapi berbagai kesulitan (Wahyudianto 2026). Pandangan ini sejalan dengan pemikiran Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah yang menempatkan sabar sebagai kekuatan jiwa dalam menjaga stabilitas individu di tengah tekanan (Putri 2024).

Dalam perspektif tasawuf, sabar tidak hanya dimaknai sebagai kemampuan menahan diri, tetapi juga sebagai bentuk keteguhan jiwa dalam menjalani ketaatan,

menjauhi larangan, serta menerima ujian kehidupan dengan lapang dada . Menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah, sabar merupakan kemampuan individu dalam menjaga stabilitas jiwa ketika menghadapi berbagai tekanan dan kesulitan hidup, hal itu menunjukkan bahwa sabar tidak bersifat pasif, melainkan merupakan kekuatan psikologis dan spiritual yang membantu individu tetap bertahan dan konsisten dalam menjalani proses kehidupan . Dengan demikian, sikap sabar diduga memiliki hubungan dengan kemampuan individu dalam mencapai aktualisasi diri.

Berdasarkan hasil observasi awal, mahasiswa penerima Beasiswa Santri Berprestasi yang mampu mempertahankan proses pengembangan dirinya cenderung menunjukkan sikap yang lebih tenang dalam menghadapi tekanan akademik maupun non-akademik. Mereka mampu menjalankan tanggung jawab secara konsisten, tetap berusaha ketika menghadapi kesulitan, serta tidak mudah menyerah dalam mencapai tujuan yang dimiliki. Sebaliknya, sebagian mahasiswa yang mengalami hambatan dalam pengembangan diri menunjukkan kecenderungan mudah merasa tertekan, kehilangan motivasi, dan kesulitan mempertahankan konsistensi dalam mencapai tujuan. Selain itu, latar belakang sebagai santri menjadikan nilai sabar telah terinternalisasi melalui pendidikan pesantren yang menekankan kedisiplinan, ketahanan diri, dan pengendalian perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, sikap sabar menjadi aspek yang relevan untuk dikaji dalam kaitannya dengan aktualisasi diri pada mahasiswa penerima Beasiswa Santri Berprestasi.

Selain memiliki karakteristik sebagai mahasiswa berprestasi dengan latar belakang pendidikan pesantren, penelitian ini secara khusus difokuskan pada mahasiswa penerima Program Beasiswa Santri Berprestasi (PBSB) Angkatan 2023 yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi penerima PBSB di Provinsi Jawa Barat. Pemilihan wilayah Jawa Barat didasarkan pada karakteristiknya sebagai salah satu pusat pendidikan pesantren terbesar di Indonesia. Berdasarkan data (Kementerian Agama Republik Indonesia 2025), jumlah pondok pesantren di Jawa Barat meningkat dari 12.748 pada tahun 2024 menjadi 13.005 pada tahun 2025, dengan jumlah santri mencapai 646.143 orang. Data tersebut menunjukkan bahwa tradisi dan budaya pesantren di Jawa Barat masih berkembang secara kuat sehingga menjadi lingkungan yang relevan untuk

mengkaji nilai-nilai kepesantrenan yang telah terinternalisasi dalam diri santri, termasuk sikap sabar.

Selain itu, perguruan tinggi penerima PBSB di Jawa Barat masih menerapkan berbagai bentuk pembinaan berbasis pesantren, seperti kewajiban tinggal di ma'had atau asrama pada tahun pertama hingga kewajiban menetap di lingkungan pesantren selama masa studi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa proses internalisasi nilai-nilai kepesantrenan tidak berhenti setelah santri memasuki perguruan tinggi, melainkan tetap berlangsung melalui lingkungan pendidikan yang mendukung pembentukan karakter dan pengembangan potensi diri. Dalam perspektif humanistik, lingkungan yang kondusif bagi pertumbuhan individu merupakan salah satu faktor yang mendukung proses aktualisasi diri (Aisyatunnadiya, Mufidah, and Ukma 2026). Oleh karena itu, mahasiswa PBSB di Jawa Barat menjadi konteks yang relevan untuk mengkaji hubungan antara sikap sabar sebagai nilai yang dibentuk melalui pendidikan pesantren dengan aktualisasi diri sebagai bentuk pengembangan potensi diri pada masa dewasa awal.

Meskipun konsep sabar dan aktualisasi diri telah banyak dibahas dalam berbagai penelitian, kajian yang secara khusus menghubungkan kedua variabel tersebut pada konteks santri berprestasi, khususnya mahasiswa penerima beasiswa masih terbatas. Padahal, kelompok ini memiliki karakteristik yang unik karena berada dalam tuntutan untuk mempertahankan prestasi sekaligus mengembangkan dirinya. Dalam tradisi pendidikan pesantren, santri tidak hanya dibekali dengan pengetahuan keagamaan, tetapi juga dibentuk melalui internalisasi nilai-nilai akhlak, salah satunya adalah sikap sabar yang menjadi ajaran fundamental dalam kehidupan sehari-hari (Tuban 2023). Lebih dari itu, identitas sebagai santri pun tidak berhenti ketika individu telah menyelesaikan pendidikan di pesantren, melainkan tetap melekat sebagai bagian dari jati diri yang memengaruhi pola pikir dan perilaku dalam kehidupan selanjutnya (Purwati 2025). Mahasiswa penerima beasiswa santri berprestasi dapat dipandang sebagai representasi “santri urban”, yaitu individu dengan latar belakang pendidikan pesantren yang sedang beradaptasi dengan dinamika kehidupan akademik modern dan tetap akan mengabdikan ke pesantren setelah lulus. Dengan demikian, penelitian ini memiliki nilai kebaruan dalam

mengkaji hubungan antara aspek spiritual dan psikologis pada konteks mahasiswa santri berprestasi di perguruan tinggi.

Pemilihan mahasiswa PBSB angkatan 2023 didasarkan pada beberapa pertimbangan akademis. Pertama, angkatan 2023 merupakan salah satu angkatan awal yang memperoleh beasiswa melalui skema pengelolaan baru hasil kolaborasi antara Kementerian Agama dan LPDP (Kemenag RI 2025). Kedua, pada saat penelitian dilakukan, mahasiswa angkatan 2023 telah berada pada fase pertengahan masa studi sehingga telah melewati tahap adaptasi awal perkuliahan dan mulai memasuki fase penguatan kompetensi, pengembangan organisasi, serta perencanaan karier. Menurut Mappiare (1982), masa remaja akhir memasuki masa dewasa awal berada pada rentang usia sekitar 12–21 tahun pada perempuan dan 13–22 tahun pada laki-laki (Muzaki, & Aldina 2020). Selain itu, mayoritas mahasiswa berada pada rentang usia 19–21 tahun yang termasuk dalam masa dewasa awal. Menurut Elizabeth B. Hurlock (Hurlock 1980), masa dewasa awal merupakan periode transisi yang ditandai dengan meningkatnya tuntutan kemandirian, tanggung jawab, serta pengembangan potensi diri. Pada fase ini, individu dihadapkan pada berbagai tantangan akademik maupun sosial yang menuntut kemampuan bertahan, mengelola diri, dan mempertahankan konsistensi dalam mencapai tujuan hidup (Putra 2025). Oleh karena itu, fase perkembangan ini dipandang relevan untuk mengkaji hubungan antara sikap sabar dan aktualisasi diri.

Berdasarkan kondisi empiris yang ditemui pada mahasiswa penerima Beasiswa Santri Berprestasi angkatan 2023, terdapat mahasiswa yang menunjukkan aktualisasi diri yang baik dan kurang optimal dalam proses pengembangan dirinya. Peningkatan aktualisasi diri pada mahasiswa diduga dapat dicapai apabila individu memiliki sikap sabar yang baik dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara sikap sabar dengan aktualisasi diri pada mahasiswa penerima Beasiswa Santri Berprestasi Tahun 2023 melalui penelitian yang berjudul *“Hubungan Sabar dengan Aktualisasi Diri Pada Mahasiswa Penerima Beasiswa Santri Berprestasi Angkatan 2023 di Jawa Barat”*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus kajian yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut

1. Bagaimana gambaran sikap sabar pada mahasiswa penerima Beasiswa Santri Berprestasi Angkatan 2023 di Jawa Barat?
2. Bagaimana gambaran aktualisasi diri pada mahasiswa penerima Beasiswa Santri Berprestasi Angkatan 2023 di Jawa Barat?
3. Bagaimana hubungan antara sikap sabar dengan aktualisasi diri pada mahasiswa penerima Beasiswa Santri Berprestasi Angkatan 2023 di Jawa Barat?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui gambaran sikap sabar pada mahasiswa penerima Beasiswa Santri Berprestasi Angkatan 2023.
2. Mengetahui gambaran aktualisasi diri pada mahasiswa penerima Beasiswa Santri Berprestasi Angkatan 2023.
3. Mengetahui hubungan antara sikap sabar dengan aktualisasi diri pada mahasiswa penerima Beasiswa Santri Berprestasi Angkatan 2023.

D. Manfaat Hasil Penelitian

1. Manfaat Teoretis:

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan keilmuan, khususnya dalam bidang tasawuf psikoterapi dan psikologi, terutama yang berkaitan dengan konsep sabar dan aktualisasi diri. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji hubungan antara aspek spiritual dan perkembangan psikologis individu.

2. Manfaat Praktis:

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat:

- a. Bagi Mahasiswa/Santri

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai pentingnya sikap sabar dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan serta perannya dalam mendukung proses aktualisasi diri.

b. Bagi Lembaga/Pengelola Beasiswa

Diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam merancang program pembinaan yang tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga pada penguatan karakter dan spiritualitas santri.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan menjadi referensi dan bahan pengembangan bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan sabar, aktualisasi diri, maupun kajian psikologi dan tasawuf.

E. Kerangka Berpikir

Dalam siklus kehidupan akademik dan spiritual, setiap individu dituntut untuk mampu berkembang, beradaptasi, dan mengoptimalkan segenap potensi batinnya. Namun, kenyataan menunjukkan bahwa tidak semua individu dengan kesempatan dan fasilitas yang sama mampu mencapai titik optimal perkembangan tersebut. Sebagian individu mampu terus berprogres, sedangkan sebagian lainnya mengalami stagnasi. Fenomena ini terlihat jelas pada sebagian mahasiswa penerima Beasiswa Santri Berprestasi (PBSB) Angkatan 2023 di Jawa Barat. Di satu sisi, terdapat mahasiswa yang mampu berprestasi secara akademik dan aktif dalam organisasi, namun di sisi lain, terdapat pula mahasiswa yang merasa terbebani oleh tuntutan ganda *ma'had* dan kampus, merasa kurang percaya diri, ragu mengambil peluang, atau mengalami kecemasan akademik dan finansial. Perbedaan respons ini mengindikasikan adanya perbedaan kapasitas dalam mengelola dinamika tekanan hidup demi mencapai aktualisasi diri yang dipengaruhi oleh aspek internal keagamaan mereka, yakni sikap sabar.

Merujuk pada pemikiran Abraham Maslow dalam karya pembaruannya, *Toward a Psychology of Being*, aktualisasi diri diposisikan sebagai puncak hierarki kebutuhan manusia (*self-actualization*) yaitu dorongan untuk menjadi individu yang berkembang secara optimal sesuai dengan potensi yang dimilikinya (A. Maslow 1993). Individu yang telah mencapai tahap aktualisasi diri dicirikan oleh sepuluh karakteristik esensial yang saling terintegrasi (A. H. Maslow 2012). Karakteristik tersebut meliputi persepsi realitas yang efisien yang ditandai oleh kemampuan menilai kenyataan secara objektif tanpa terdistorsi oleh kecemasan pribadi, serta keterbukaan terhadap pengalaman berupa tingkat

penerimaan yang tinggi terhadap diri sendiri, orang lain, maupun ketidakpastian tanpa bersikap defensif (A. Maslow 1993b).

Selanjutnya, individu juga menunjukkan integrasi dan keutuhan pribadi melalui sinergi batin yang menyelaraskan berbagai dimensi kepribadian, spontanitas dalam bertindak secara alami dan autentik, serta identitas diri yang kokoh yang membuat mereka otonom dan tidak bergantung pada opini orang lain. Selain itu, aktualisasi diri juga tecermin melalui objektivitas dan transendensi guna melihat masalah melampaui ego pribadi, kreativitas yang segar dalam memecahkan persoalan hidup, serta sintesis antara hal yang konkret dan abstrak yang menyatukan pemikiran teoritis-spiritual dengan aksi praktis (A. Maslow 1971). Akhirnya, karakteristik ini disempurnakan oleh kepemilikan karakter demokratis yang menghargai semua manusia tanpa memandang perbedaan latar belakang, serta kapasitas cinta yang mendalam berdasarkan *Being-love* atau mencintai secara tulus demi keberadaan orang lain (A. H. Maslow 2012).

Meskipun setiap individu memiliki dorongan bawaan untuk mengaktualisasikan dirinya, proses perkembangan ini sering kali terhambat oleh faktor psikologis internal yang signifikan. Maslow mengidentifikasi adanya *Jonah Complex*, yaitu kecenderungan individu untuk menghindari pengembangan potensi dirinya karena takut menghadapi tanggung jawab, perubahan, maupun kemungkinan kegagalan. Hambatan ini semakin diperparah jika energi psikis mahasiswa habis terkuras untuk mereduksi ketegangan akibat ketidakcukupan kebutuhan dasar, yang disebut sebagai motivasi kekurangan (*Deficiency Motivation* atau *D-Motivation*) seperti kecemasan finansial, krisis rasa aman, atau rasa rendah diri (Maslow 2012). Kondisi ini menyebabkan energi psikis menjadi statis pada level pertahanan diri, sehingga individu tidak memiliki sisa energi untuk melangkah menuju motivasi pertumbuhan (*Growth Motivation* atau *B-Motivation*) yang menjadi motor penggerak utama tercapainya aktualisasi diri (A. H. Maslow 2012).

Untuk meruntuhkan tembok psikologis *Jonah Complex* serta menjembatani transisi dari level motivasi kekurangan (*D-Motivation*) menuju motivasi pertumbuhan (*B-Motivation*), mahasiswa membutuhkan kekuatan spiritual-psikologis berupa sikap sabar. Sabar dalam perspektif Islam bukanlah kepasifan yang rapuh (Miskahuddin 2020). Sebagaimana dirumuskan oleh Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dalam karyanya *Madarijus-*

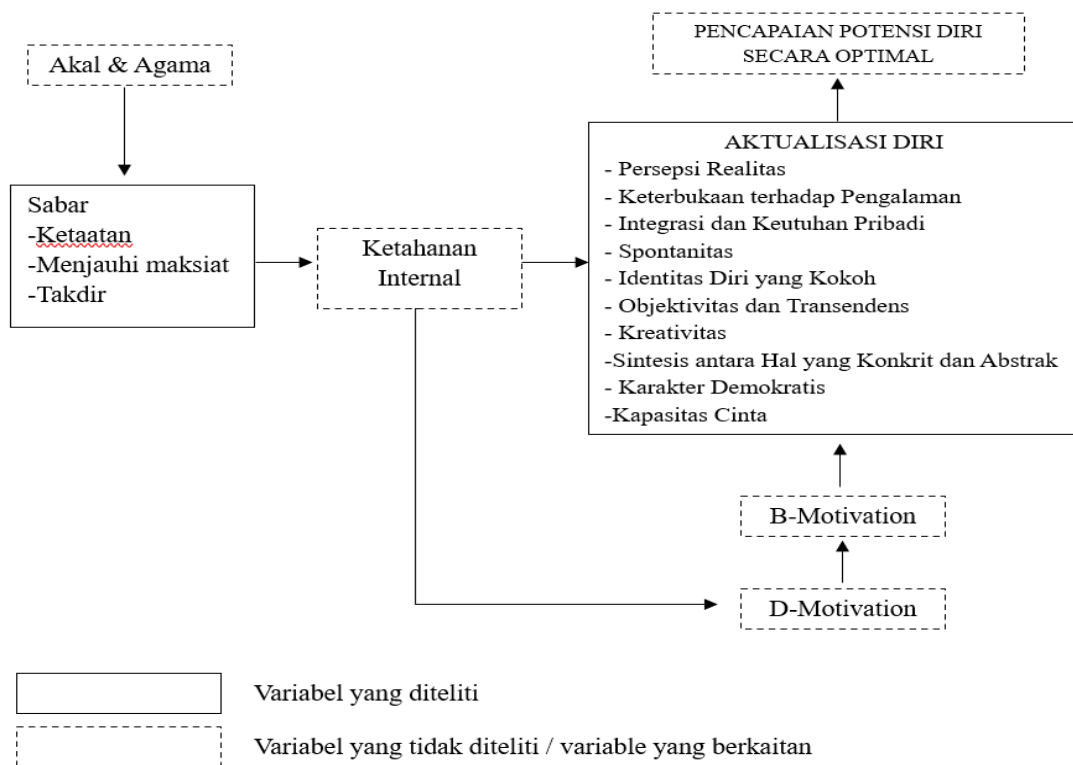
Salikin, sabar adalah kemampuan menahan jiwa agar tidak larut dalam kegelisahan dan keresahan ketika menghadapi musibah, karena hakikatnya masa kebahagiaan lebih luas dibandingkan masa kesulitan. Ia pun menjelaskan bahwa sabar merupakan kemampuan menggunakan segenap kekuatan untuk melakukan hal yang bermanfaat dan menahan diri dari hal-hal yang negatif (Al-Jauziyah 2004).

Beliau mengklasifikasikan sabar ke dalam tiga kategori utama, yaitu kepatuhan dalam menjalankan perintah ketaatan, menahan diri dari kemaksiatan berupa kekuatan menolak dorongan destruktif, malas, atau putus asa, serta ketabahan dalam menerima takdir atau ujian-Nya yang mewujudkan pada kelapangan dada menghadapi keterbatasan finansial maupun tekanan. Sikap sabar ini tumbuh melalui pertarungan batin antara kekuatan akal dan agama melawan dominasi hawa nafsu (Amellia 2024). Ketika akal dan agama mendominasi jiwa, mahasiswa mampu meningkatkan hierarki kesabaran mereka mulai dari menyadari kelemahan diri (*Sabar Billah*), bersabar demi mengharap ridha Allah (*Sabar Lillah*), hingga puncaknya secara aktif berjalan selaras dengan syariat Allah atas dasar cinta yang murni (*Sabar Ma'allah*) (Al-Mazyad 2016).

Hubungan logis antara sikap sabar dan aktualisasi diri dijumpai oleh terbentuknya regulasi emosi dan ketahanan diri yang kokoh pada diri mahasiswa (Wahyudianto 2026). Melalui sepuluh dampak positif sabar yang dirumuskan oleh Ibnu Qayyim, seperti tumbuhnya kesadaran *ihsan*, penguasaan pikiran dari dorongan negatif, serta kemampuan memutus sebab-sebab hawa nafsu, mahasiswa mampu mentransformasikan kesulitan akademik menjadi sarana penempatan mental (Jawziyyah 2017). Internalisasi sikap sabar membuat energi psikis mahasiswa tidak habis terbuang untuk mengeluh atau merasa cemas akibat *Jonah Complex*, melainkan dialihkan secara produktif menuju aktivitas-aktivitas yang digerakkan oleh *Being-Values* atau motivasi pertumbuhan (A. H. Maslow 2012). Otonomi spiritual, stabilitas emosi, dan kedamaian batin yang dihasilkan dari proses bersabar secara aktif-konstruktif inilah yang menjadi katalisator utama bagi mahasiswa untuk mengeksplorasi potensi diri mereka secara optimal, yang pada akhirnya memicu munculnya sepuluh karakteristik aktualisasi diri Maslow mulai dari persepsi realitas yang efisien hingga kapasitas cinta yang tulus.

Berdasarkan dinamika tersebut, hubungan antara sikap sabar dan aktualisasi diri sejatinya diikat erat oleh peran akal dan agama yang menjadi fondasi utama dalam pembentukan karakter sabar itu sendiri. Dalam perspektif psikologi humanistik, Abraham Maslow menegaskan bahwa karakteristik individu yang mampu mengaktualisasikan diri pada dasarnya sangat paralel dengan cita-cita luhur yang diajarkan oleh agama, seperti transendensi diri, pengendalian keinginan rendah demi tujuan yang lebih tinggi, serta pencapaian kedamaian batin (A. H. Maslow 2012). Oleh karena itu, peneliti menduga bahwa sikap sabar memiliki hubungan dengan aktualisasi diri pada mahasiswa penerima Beasiswa Santri Berprestasi Tahun 2023. Individu yang memiliki tingkat kesabaran yang baik diduga lebih mampu menghadapi tekanan, mempertahankan konsistensi usaha, serta mengembangkan potensi dirinya secara optimal. Sebaliknya, individu yang memiliki tingkat kesabaran rendah diduga lebih mudah mengalami hambatan dalam proses pengembangan dirinya. Oleh karena itu, peneliti menduga bahwa semakin tinggi sikap sabar yang dimiliki individu, maka semakin baik pula kemampuan individu dalam mencapai aktualisasi diri.

Gambar 1. 1 Skema Kerangka Berpikir



F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan tahap penting dalam penelitian setelah penyusunan landasan teori dan kerangka berpikir. Hipotesis diartikan sebagai dugaan atau jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian yang masih bersifat teoritis, karena belum diuji melalui data empiris (Sugiyono 2024). Oleh karena itu, hipotesis digunakan sebagai dasar untuk mengarahkan proses pengujian dalam penelitian kuantitatif. Berdasarkan kerangka berpikir yang telah diuraikan, yang menunjukkan adanya keterkaitan antara sikap sabar dengan kemampuan individu dalam mencapai aktualisasi diri, maka hipotesis dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

1. (H_1): Terdapat hubungan yang signifikan antara sikap sabar dengan aktualisasi diri pada mahasiswa penerima Beasiswa Santri Berprestasi Angkatan 2023.
2. (H_0): Tidak terdapat hubungan antara sikap sabar dengan aktualisasi diri pada mahasiswa penerima Beasiswa Santri Berprestasi Angkatan 2023.

G. Hasil Penelitian Terdahulu

Penelitian mengenai sikap sabar dan aktualisasi diri dalam konteks pendidikan Islam telah banyak dilakukan, baik secara konseptual maupun empiris. Kajian terhadap penelitian-penelitian terdahulu diperlukan untuk memastikan orisinalitas studi ini dan menemukan celah penelitian yang belum tergarap.

1. Penelitian Shaki Atalie Tsaniya (2024) dalam skripsinya "*Pengaruh Sabar Terhadap Coping Strategi (Studi Pada Remaja Yatim di Yayasan Al-Badru Cimahi)*" dengan pendekatan kuantitatif ditemukan bahwa sebagian besar remaja yatim memiliki tingkat kesabaran pada kategori sedang dan tinggi, dengan hasil analisis menunjukkan kontribusi sebesar 43,3% antara sikap sabar dan coping strategy, di mana sabar berperan sebagai faktor protektif dalam mengurangi tekanan emosional. Temuan ini menegaskan bahwa sabar tidak hanya berfungsi sebagai sikap pasif, tetapi sebagai mekanisme coping yang membantu individu bertahan dalam kondisi sulit. Dalam penelitian ini, sabar juga diposisikan sebagai strategi coping, Meskipun demikian, penelitian sebelumnya belum mengaitkan sabar dengan pencapaian aktualisasi diri,

sehingga hal tersebut menjadi celah sekaligus pembaruan yang dikembangkan dalam penelitian ini. (Shaki 2024).

2. Penelitian skripsi Nadhira Putri Azzahra (2024) berjudul *“Hubungan Sikap Sabar dengan Makna Hidup (Studi Kasus pada Family Caregiver Pasien Hemodialisa di RSAU dr. M. Salamun)”* menggunakan pendekatan kuantitatif dengan sampel sebanyak 47 responden melalui teknik angket. Uji hipotesis menunjukkan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dengan koefisien korelasi sebesar 0,815 yang berarti terdapat hubungan positif dan kuat antara sikap sabar dan makna hidup. Temuan ini menunjukkan bahwa konsep sabar Ibn Qayyim al-Jawziyya berperan penting dalam membantu individu memaknai kehidupan di tengah tekanan, khususnya dalam konteks sosial yang kuat. Penelitian ini relevan karena sama-sama menggunakan variabel sabar, namun berbeda pada variabel dependen, di mana penelitian tersebut berfokus pada makna hidup, sedangkan penelitian ini mengkaji aktualisasi diri, sehingga kebaruan penelitian ini terletak pada pengembangan peran sabar tidak hanya sebagai sarana pemaknaan hidup, tetapi juga sebagai faktor yang mendukung pencapaian dan pengembangan potensi diri. (Azzahra 2024).
3. Penelitian Adinda Alifia Maharani (2021) dalam skripsinya *“Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Motivasi Berprestasi Pada Santri Pesantren Mahasiswa Al-Hikam Malang”* menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional terhadap 45 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara kontrol diri dan motivasi berprestasi dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun santri memiliki aktivitas yang padat, mereka tetap mampu mempertahankan performa akademik dan non-akademik melalui kemampuan pengendalian diri. Penelitian ini relevan karena mengkaji aspek pengendalian diri secara konseptual berkaitan dengan kesabaran, serta memiliki kesamaan pada subjek santri. Namun, penelitian tersebut berfokus pada motivasi berprestasi, sedangkan penelitian ini mengarah pada aktualisasi diri, sehingga kebaruan penelitian ini terletak pada pengembangan konsep pengendalian diri sebagai bagian dari kesabaran yang berperan dalam pencapaian dan pengembangan potensi diri secara lebih optimal. (Maharani 2021).

4. Penelitian Malika Nofriza Sagita, Medina Chodijah, dan Putri Anditasari dalam jurnal Vol. 2 No. 9 (2025) *Journal of Knowledge and Collaboration*) berjudul “Hubungan Sikap Syukur dengan Aktualisasi Diri Mahasiswa Jurusan Ilmu Tasawuf UIN Syarif Hidayatullah Jakarta” menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasi. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif dan signifikan antara kedua variabel dengan nilai signifikansi 0,001 ($p < 0,05$) dan koefisien determinasi sebesar 58,4%. Temuan ini menunjukkan bahwa aspek spiritual memiliki kontribusi penting dalam pencapaian aktualisasi diri. Penelitian ini relevan karena mengkaji aktualisasi diri dengan pendekatan spiritual, namun berbeda pada variabel independen, di mana penelitian tersebut menggunakan sikap syukur, sedangkan penelitian ini menggunakan sikap sabar serta berfokus pada subjek santri berprestasi, sehingga kebaruan penelitian ini terletak pada pengembangan variabel spiritual yang berbeda dalam menjelaskan pencapaian aktualisasi diri. (Sagita, Chodijah, and Anditasari 2025).
5. Penelitian Akhmad Lutfi dan Ahmad Yahya Surya Winata dalam *jurnal Pamator* Volume 13 No 2, (2020) berjudul “Motivasi Intrinsik, Kinerja dan Aktualisasi Diri: Kajian Konseptual Perkembangan Teori” merupakan studi konseptual yang menjelaskan bahwa aktualisasi diri dipengaruhi oleh faktor internal, khususnya motivasi intrinsik yang mendorong individu untuk berkembang, bekerja secara optimal, serta memenuhi kebutuhan untuk mengaktualisasikan potensi dirinya. Penelitian ini relevan karena membahas aktualisasi diri sebagai puncak perkembangan individu, namun masih bersifat konseptual dan belum menguji secara empiris variabel spiritual. Oleh karena itu, kebaruan penelitian ini terletak pada pengujian langsung sikap sabar sebagai faktor internal yang tidak hanya memiliki dimensi psikologis, tetapi juga spiritual dalam mendukung pencapaian aktualisasi diri. (Lutfi and Winata 2020).
6. Dalam penelitian *jurnal Pamator* Volume 13 No 2, (2020) berjudul “The Qur'an and Self-Actualization: Thematic Verses on the Pillars of Islam from Abraham Maslow's Perspective”. menggunakan pendekatan kualitatif melalui studi literatur dengan analisis deskriptif, yang mengkaji keterkaitan antara rukun Islam dan teori hierarki

kebutuhan Abraham Maslow. Hasil penelitian menunjukkan bahwa praktik keagamaan seperti tauhid, shalat, puasa, zakat, dan haji memiliki relevansi dengan tahapan kebutuhan manusia hingga mencapai aktualisasi diri, serta berkontribusi dalam pembentukan kepribadian Muslim yang matang secara fisik dan mental. Penelitian ini relevan karena sama-sama membahas aktualisasi diri dalam perspektif spiritual, namun masih bersifat konseptual dan belum menguji variabel secara empiris. Oleh karena itu, kebaruan penelitian ini terletak pada pengujian langsung sikap sabar terhadap aktualisasi diri dalam konteks santri berprestasi, sehingga memperluas kajian teoritis ke dalam realitas pengalaman individu. (Nurrahim and Zamimah 2024).

Berdasarkan pemetaan terhadap studi-studi terdahulu, letak kebaruan (*novelty*) dan orisinalitas dalam penelitian ini berada pada integrasi empiris-kuantitatif yang menghubungkan sikap sabar berbasis dimensi tasawuf-psikoterapi dengan aktualisasi diri perspektif psikologi humanistik, khususnya pada subjek spesifik mahasiswa penerima Beasiswa Santri Berprestasi (PBSB) Angkatan 2023 di Jawa Barat. Ketika penelitian-penelitian sebelumnya cenderung terbatas pada aspek reduksi ketegangan psikologis seperti *coping strategy*, penemuan makna hidup, penelitian ini maju satu langkah dengan menguji secara langsung dan empiris-korelasional bagaimana mekanisme kesabaran melalui penguatan akal dan agama mampu mengatasi hambatan internal *Jonah Complex* guna memicu motivasi pertumbuhan (*growth motivation*) menuju pencapaian potensi diri yang optimal. Dengan memfokuskan kajian pada mahasiswa berprestasi yang menghadapi tekanan ganda akademis dan pesantren, penelitian ini tidak sekadar mereplikasi studi spiritualitas terdahulu seperti variabel syukur (Sagita dkk. 2025) atau kontrol diri (Maharani 2021), melainkan menawarkan konstruksi baru mengenai peran aktif sikap sabar bukan hanya sebagai tameng defensif-psikologis, melainkan sebagai mesin penggerak utama (*katalisator internal*) yang memicu aktualisasi diri yang utuh.