

PENYESUAIAN DIRI DAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPRIBADIAN TANGGUH SANTRIWATI TAHUN PERTAMA PONDOK PESANTREN X CIKARANG

Ellsa Azma Oktaviani¹, Erdina Indrawati²

Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I

Jl. Diponegoro No.74 Jakarta Pusat, Indonesia

E-mail : ellsaazma1@gmail.com¹, erdina.indrawati@yahoo.com²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *personal adjustment* dan dukungan keluarga dengan *hardiness* santriwati tahun pertama pondok pesantren X Cikarang. Penelitian menggunakan metode kuantitatif. Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan *proportional random sampling* dengan sampel sebanyak 135 santriwati. Pengambilan data menggunakan skala *Likert* yang terdiri dari, skala *hardiness*, skala *personal adjustment* dan skala dukungan keluarga dengan menggunakan program SPSS 22.00 *for windows*. Hasil analisis teknik *bivariate correlation*, menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan dengan arah positif antara *personal adjustment* dengan *hardiness* diperoleh nilai koefisien korelasi (r_{xy1}) sebesar 0,712 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), serta terdapat hubungan yang signifikan dengan arah positif antara dukungan keluarga dengan *hardiness* diperoleh nilai koefisien korelasi (r_{xy2}) sebesar 0,433 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Untuk uji hipotesis dengan teknik *multivariate correlation*, diperoleh nilai R sebesar 0,725 yang berarti ada hubungan yang signifikan dengan arah positif antara *personal adjustment* dan dukungan keluarga dengan *hardiness*. Sumbangan efektif antara *personal adjustment* dan dukungan keluarga sebesar 52,5% sedangkan 47,5% merupakan sumbangan dari faktor lain yang tidak diteliti.

Kata Kunci : kepribadian Tangguh, penyesuaian diri, dukungan keluarga

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between personal adjustment and family support with hardiness in first year students of X Islamic Boarding School in Cikarang. Research uses quantitative methods. The sampling technique of this study uses proportional random sampling with a sample of 135 students. Data retrieval uses a Likert scale consisting of, hardiness scale, personal adjustment scale and family support scale using SPSS 22.00 for windows. The result of bivariate correlation technique analysis shows that there is a significant relationship with the positive direction between personal adjustment and hardiness, the correlation coefficient value (r_{xy1}) is 0.712 with $p = 0.000$ ($p < 0.05$), and there is a significant relationship with the positive direction between support family with hardiness obtained correlation coefficient value (r_{xy2}) of 0.433 with $p = 0.000$ ($p < 0.05$). To test the hypothesis with multivariate correlation technique, R value is 0.725 which means that there is a significant relationship with the positive direction between personal adjustment and family support with hardiness. The effective contribution between personal adjustment and family support is 52.5% while the remaining 47.5% is a contribution other factors not examined.

Keywords: hardiness, personal adjustment, family support

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan upaya untuk mengerahkan perkembangan manusia agar menuju kearah yang lebih baik. Dengan adanya pendidikan, diharapkan dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang memiliki kepribadian mandiri, terampil dan bermartabat. Seiring dengan perkembangannya, di Indonesia terdapat lembaga pendidikan keagamaan Islam yang dinamakan pondok pesantren dan individu yang mengenyam pendidikan di pondok pesantren disebut dengan santri atau santriwati.

Pondok pesantren X Cikarang merupakan salah satu contoh pondok pesantren putri modern yang menggabungkan pendidikan formal dan pendidikan nonformal secara bersamaan. Kehidupan di pondok pesantren ini sangatlah berbeda dengan kehidupan pendidikan di sekolah umum lainnya. Kegiatan di pondok pesantren sangatlah padat. Semua kegiatan di pondok pesantren telah ditentukan oleh pihak pesantren sehingga para santriwati dituntut untuk disiplin, mandiri dan bertanggung jawab pada semua tugas-tugasnya. Disamping kegiatan yang padat juga diimbangi dengan peraturan yang ketat. Sehingga dalam menjalankan kesehariannya, santriwati memerlukan keberibadian tangguh (*hardiness*) agar mampu menghadapi kegiatan di pondok pesantren.

Kobasa (1982) menyatakan kepribadian tangguh (*hardiness*) adalah tipe kepribadian yang mempunyai kecenderungan untuk mempersepsikan atau memandang peristiwa-peristiwa hidup yang potensial mendatangkan tekanan sebagai sesuatu yang tidak terlalu mengancam (Docik & Astuti, 2012:40). Stres dan tekanan yang dimaksud bagi santriwati Pondok Pesantren X Cikarang adalah padatnya kegiatan dan ketatnya peraturan di pondok pesantren, sehingga terdapat beberapa santriwati yang berperilaku bermacam-macam, seperti sakit, pura-pura sakit dan menstruasi, seringnya santriwati tidur di kelas saat pelajaran berlangsung, menyiksa diri, memanjat pagar bahkan kabur dari lingkungan pondok pesantren. Santriwati melakukan hal ini dengan tujuan agar terbebas dari tanggung jawab tugas yang diembannya. Biasanya kejadian ini terjadi pada santriwati tahun pertama atau santriwati yang baru masuk pondok pesantren pada jenjang pendidikan menengah pertama.

Santriwati baru pada pondok pesantren X Cikarang sebagian besar berada dalam tahap remaja. Masa remaja merupakan peralihan masa perkembangan antara kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan besar pada aspek fisik, kognitif, dan psikososial (Papalia, Olds & Feldman, 2009:8).

Perubahan-perubahan yang terjadi menyebabkan remaja sulit untuk mengontrol dirinya dan mengalami kebingungan dalam mengambil keputusan. Perubahan lingkungan yang signifikan menyebabkan remaja mengalami tekanan dan kecemasan ketika mereka berhadapan dengan lingkungan yang baru. Sehingga dibutuhkan keselarasan antara kondisi yang terjadi dari dalam diri dan lingkungan sekitar yang dicerminkan dalam sikap *personal adjustment* (penyesuaian diri). Dengan adanya *personal adjustment* (penyesuaian diri) remaja bisa memiliki *hardiness* dan mampu mengikuti pola kehidupan di pondok pesantren.

Personal Adjustment menurut Seminu (2006) adalah suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan tingkah laku yang menyebabkan individu berusaha menanggulangi kebutuhan-kebutuhan, tegangan-tegangan, frustrasi-frustrasi dan konflik-konflik batin serta menyelaraskan tuntutan-tuntutan batin ini dengan tuntutan-tuntutan yang dikarenakan kepadanya oleh dunia dimana ia hidup (Handono, 2013:83). Remaja yang memiliki penyesuaian diri yang baik, tidak menunjukkan frustrasi pribadi dan objektif (Sunarto dan Hartono, 2008: 224). Adanya kemampuan ini pada santriwati di pondok pesantren mampu mempertahankan eksistensinya, dapat *survive* dan meminimalkan stress yang bersumber dari lingkungan baru (Sunarto dan Hartono, 2008: 221).

Selain dari penyesuaian diri yang baik, terdapat faktor lain yang menyebabkan santriwati dapat bertahan dalam kehidupan pondok pesantren dan memiliki kepribadian tangguh (*hardiness*) yaitu dukungan keluarga. Canavan dan Dolan (2006) mengatakan dukungan keluarga merupakan salah satu bentuk dukungan sosial informal antara anggota keluarga, dan dapat disebut sebagai *central helping system*. Dukungan keluarga memiliki peran penting diantaranya adalah sebagai penanaman kekuatan, tempat teraman dan ternyaman bagi anggotanya, juga sebagai titik penting bagi perkembangan individu (Prihatsanti, 2014: 198). Dengan adanya dukungan keluarga, dapat melindungi individu dari efek stress yang buruk.

Santriwati yang mendapatkan dukungan dari keluarganya, percaya bahwa dirinya dicintai dan dipedulikan, dihormati dan dihargai. Sedangkan kurangnya dukungan dari keluarga mengakibatkan memperburuk kondisi psikologis dan kesehatan fisik santriwati karena merasa diasingkan oleh anggota keluarganya.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara *personal adjustment* dan dukungan keluarga dengan *hardiness*

pada santriwati tahun pertama pondok pesantren X Cikarang.

METODOLOGI

Definisi Operasional

Hardiness merupakan karakteristik kepribadian yang mempunyai kemampuan dan daya tahan terhadap masalah yang berfungsi sebagai sumber perlawanan terhadap stress dengan mempersepsikan peristiwa yang mengancam sebagai tantangan secara positif. *Personal adjustment* adalah proses mental dan tingkah laku, dimana individu berhasil mengatasi kebutuhan dalam hidupnya sehingga terwujudnya keselarasan antara dalam diri dengan lingkungan. Dukungan keluarga adalah upaya yang diberikan anggota keluarga baik moril atau materil yang dapat memberikan kenyamanan serta mampu mempengaruhi perilaku dan emosi antar anggota keluarga.

Karakteristik Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi menurut Sugiyono (2015:61) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah santriwati kelas VII SMP Pondok Pesantren X tahun ajaran 2018/2019 yang terdiri dari 217 siswa. Sedangkan sampel menurut Sugiyono (2015:62) adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel memiliki karakteristik yang sama dan setara dengan populasi. Jumlah sampel yang diteliti dalam penelitian ini sebanyak 135 orang dengan menggunakan *propotional random sampling*.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi yang disusun berdasarkan model skala *Likert*. Skala ini memiliki lima alternatif pilihan jawaban yang tersedia, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Pengumpulan data menggunakan skala *hardiness*, skala *personal adjustment* dan skala dukungan keluarga.

Metode Analisis Data Penelitian

Metode yang digunakan untuk menguji perhitungan korelasi dalam penelitian ini menggunakan teknik *bivariate correlation* untuk menguji hubungan antara satu variabel bebas dengan satu variabel terikat. Sedangkan teknik untuk menguji hubungan antara lebih dari satu variabel bebas dengan satu variabel terikat menggunakan *multivariate correlation*. Selain itu, untuk mengetahui sumbangan dari masing-masing variabel

bebas terhadap variabel terikat menggunakan *Stepwais methods*. (Yunanto, 2016:53-61).

LANDASAN TEORI

Ketentuan Umum

Hardiness

Hafnidar (2005) mengatakan bahwa kepribadian *hardiness* merupakan kepribadian yang mempunyai kemampuan dan daya tahan terhadap masalah sehingga dapat berfungsi sebagai sumber perlawanan disaat individu menemui peristiwa yang menimbulkan masalah (Feranita & Muti'ah, 2015:38). Sedangkan Kreitner dan Kinicki (2005) menyebutkan bahwa *hardiness* melibatkan kemampuan secara sudut pandang untuk mengubah stressor negatif menjadi tantangan positif (dalam Garraga, 2017:645). Aspek-aspek *hardiness* menurut Kobasa (Garaga, 2017:646), meliputi :

1. Komitmen, mencerminkan sejauh mana seorang individu terlibat dalam apapun yang sedang ia lakukan.
2. Kontrol, melibatkan keyakinan bahwa individu mampu mempengaruhi kejadian-kejadian dalam hidupnya.
3. Tantangan, merupakan objek yang menggugah tekad untuk meningkatkan kemampuan mengatasi masalah.

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Hardiness

Garmezy mengidentifikasi tiga hal yang mempengaruhi perkembangan kepribadian *hardiness* (Nirwana, Putri & Yusra, 2014:121-122), yaitu disposisional, karakteristik keluarga dan dukungan eksternal. Hadjam (2004) mengatakan melalui penggunaan strategi penyesuaian diri, motivasi dan dukungan lingkungan dapat mempengaruhi individu untuk memiliki kepribadian tahan banting (Mahmudah, 2009, p.49). Sedangkan Bissonette (1998:7-9) berpendapat yang mempengaruhi timbulnya kepribadian *hardiness*, antara lain:

1. Penguasaan pengalaman
Brook (1994) mengatakan individu yang menguasai pengalaman menunjukkan kemampuan yang dibutuhkan untuk berhasil sehingga mengakibatkan meningkatnya kepribadian tangguh.
2. Perasaan positif
Hubungan orangtua dengan anak yang hangat, peduli, saling mencintai dan memimpin anak-anaknya akan memberikan penilaian diri yang positif bagi anak. Sikap-sikap tersebut mampu menjadikan individu melihat dirinya sebagai yang dicintai dan berharga bagi individu lain dan dirinya sendiri sehingga menimbulkan persepsi yang positif dalam dirinya.
3. Pola asuh orang tua

Hubungan yang hangat, positif, dan saling peduli di dalam keluarga yang berguna untuk kesejahteraan anak dan sesuai dengan kebutuhan anak mampu memberikan kontribusi untuk berkembangnya sikap tahan banting

4. Hubungan yang hangat atau mendukung
Berdasarkan penilaian kognitif, individu yang keras cenderung lebih sehat dan menganggap hidup sebagai hal yang positif dan menantang. Hal tersebut tidak jauh dari peran keluarga yang memberikan sikap yang hangat dan saling mendukung sehingga konsep keluasan keluarga dapat menjadi kontribusi dalam membangun sikap *hardiness* pada anak.

Personal Adjustment

Personal Adjustment atau lebih dikenal dengan penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan perilaku yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik serta untuk menghasilkan kualitas keseimbangan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat individu berada (Schneider, 1964). Hal ini sependapat dengan Desmita (2009) yang menjelaskan, penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup proses mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan dalam dirinya, ketegangan, konflik dan frustrasi yang dialami dirinya. Sehingga terwujudnya keselarasan atau harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan dimana ia tinggal (Clarabella, Hardjono & Setyanto, 2015:99). Aspek-aspek *Personal Adjustment* menurut Schneider (Handono & Bashori 2013: 84) :

- a. *Adaptation*, artinya penyesuaian diri dipandang sebagai kemampuan seseorang dalam beradaptasi. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik, berarti memiliki hubungan yang memuaskan dengan lingkungannya. Penyesuaian diri dalam hal ini diartikan dalam kontak fisik.
- b. *Comformity*, artinya seseorang dikatakan mempunyai penyesuaian diri baik bila memenuhi kriteria sosial dan hati nuraninya.
- c. *Mastery*, artinya orang yang mempunyai penyesuaian diri baik, mempunyai kemampuan membuat rencana dan mengorganisasikan suatu respon diri sehingga dapat menyusun dan menanggapi segala masalah dengan efisien.
- d. *Individual variation*, artinya ada perbedaan individual pada perilaku dan responsnya dalam menanggapi masalah.

Dukungan Keluarga

Gottlieb (1983) mendefinisikan dukungan keluarga sebagai pemberian informasi verbal atau

nonverbal, memberikan bantuan secara nyata, memberikan kenyamanan, menghargai dan membantu dalam pengambilan keputusan, serta mampu mempengaruhi perilaku dan emosi antar anggota keluarga (Sri & Suprpti, 2013: 199). Sedangkan Smet (2004) mendefinisikan dukungan keluarga adalah upaya yang diberikan kepada anggota keluarga baik moral maupun materil berupa motivasi, saran, informasi dan bantuan yang nyata (Karunia, 2016:215). Komponen-komponen Dukungan Keluarga menurut Friedman (2002 dalam Munawaroh, Dorla & Hamiyati, 2016, 51-52) antara lain:

1. Dukungan pengharapan, meliputi pertolongan pada individu untuk memahami kejadian depresi dengan baik dan juga sumber depresi dan strategi koping yang dapat digunakan dalam menghadapi stressor. Dukungan ini juga merupakan dukungan yang terjadi bila ada ekspresi penilaian yang positif terhadap individu. Individu memiliki seseorang yang dapat diajak bicara tentang masalahnya, terjadi melalui ekspresi pengharapan positif individu kepada individu lain, penyemangat, persetujuan terhadap ide-ide atau perasaan seseorang dan perbandingan positif dengan orang lain.
2. Dukungan nyata, meliputi penyediaan dukungan jasmaniah seperti pelayanan, bantuan finansial dan material berupa bantuan nyata. Suatu kondisi dimana benda atau jasa akan membantu memecahkan masalah praktis, termasuk didalamnya bantuan langsung,
3. Dukungan informasi, meliputi jaringan komunikasi dan tanggung jawab bersama termasuk didalamnya memberikan solusi dari masalah, memberi nasihat, pengarahan, saran atau umpan balik tentang apa yang dilakukan oleh seseorang.
4. Dukungan emosional, memberikan individu perasaan nyaman, merasa dicintai saat mengalami stress atau depresi, bantuan dalam bentuk semangat, empati, rasa percaya, perhatian sehingga individu yang menerima merasa bahagia. Adanya dukungan dalam bentuk afeksi, kepercayaan, perhatian, mendengarkan dan didengarkan.
5. Dukungan sosial, adanya dukungan yang berasal dari anggota keluarga yang selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika dibutuhkan.

HIPOTESIS PENELITIAN

Berdasarkan kajian teoritis yang dilakukan oleh peneliti maka hipotesisnya adalah sebagai berikut:

- Ha₁ : Adanya hubungan antara *personal adjustment* dengan *hardiness* pada santri tahun pertama Pondok Pesantren X Cikarang.
- Ha₂ : Adanya hubungan dukungan keluarga dengan *hardiness* pada santri tahun pertama Pondok Pesantren X Cikarang.
- Ha₃ : Adanya hubungan antara *personal adjustment* dan dukungan keluarga hubungan *hardiness* pada santri tahun pertama Pondok Pesantren X Cikarang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut analisis data berdasarkan hasil perhitungan kuesioner yang diperoleh dari 135 santriwati. Dalam penelitian ini, teknik perhitungan korelasi menggunakan teknik *bivariate correlation* dan *multivariate correlation*. Hasil penelitian uji hipotesis secara *bivariate* antara variabel *personal adjustment* dengan *hardiness* diperoleh nilai koefisien korelasi ($r_{x_1y_1}$) sebesar 0,712 dengan $p = 0,000$, dimana $p < 0,05$. Hal ini berarti (H_{a1}) yang berbunyi ada hubungan antara *personal adjustment* dengan *hardiness* pada santriwati tahun pertama pondok pesantren X Cikarang diterima.

Hasil diatas menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan arah korelasi positif antara *personal adjustment* dengan *hardiness*. Hasil korelasi dengan arah positif menunjukkan bahwa semakin tinggi *personal adjustment*, maka semakin tinggi tingkat *hardiness*. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah *personal adjustment* maka semakin rendah *hardiness*. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Clarabella, dkk (2015: 10) yang menunjukkan bahwa adanya hubungan antara penyesuaian diri dengan *hardiness*. Dengan adanya kemampuan *personal adjustment* pada santriwati yang baru memasuki pondok pesantren, maka mampu membantu santriwati beradaptasi dengan baik dilingkungannya sehingga santriwati dapat merasa nyaman dan tidak tertekan.

Selanjutnya hasil penelitian uji hipotesis kedua secara *bivariate* antara variabel dukungan keluarga dengan *hardiness* memperoleh nilai koefisien korelasi ($r_{x_2y_2}$) sebesar 0,433 dan $p = 0,000$, dimana $p < 0,05$. Dengan demikian (H_{a2}) yang berbunyi ada hubungan antara dukungan keluarga dengan *hardiness* pada santriwati tahun pertama pondok pesantren X Cikarang diterima.

Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan arah korelasi positif antara dukungan keluarga dengan *hardiness*. Hasil korelasi dengan arah positif menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga, maka semakin tinggi tingkat *hardiness*. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah dukungan

keluarga maka semakin rendah *hardiness*. Hal ini sejalan dengan penelitian Olsen S.F et.all (1999:265) yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara dukungan keluarga dengan *hardiness*. Dengan adanya dukungan keluarga, maka santriwati mampu bertahan dan tangguh dalam menghadapi kegiatan di pondok pesantren.

Hasil uji hipotesis ketiga dengan menggunakan teknik korelasi multivariat antara variabel *personal adjustment* dan dukungan keluarga dengan *hardiness* diperoleh nilai *R Square* yaitu *Square* yaitu 0,525. Hal ini mengindikasikan kontribusi dari *personal adjustment* dan dukungan keluarga sebesar 52,5% sedangkan sisanya 47,5% menyangkut sumbangan dari variabel atau prediktor lain yang memiliki hubungan terhadap *hardiness* pada santriwati tahun pertama pondok pesantren X Cikarang yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini.

Pengkategorisasian pada variabel terbagi menjadi tiga kategorisasi, yaitu rendah, sedang, dan tinggi (Kuncono,2016:63). Pada variabel *hardiness*, kategori rendah $x < 60,7$, kategorisasi sedang $60,7 \geq x \geq 95,3$ dan kategorisasi tinggi $x > 95,3$. Variabel *hardiness* memiliki *mean* temuan (x) sebesar 98,54, maka *hardiness* yang dimiliki oleh santriwati tahun pertama pondok pesantren X Cikarang berada pada kategori tinggi.

Selain itu pada variabel *personal adjustment*, kategori rendah $x < 60,7$, kategorisasi sedang $60,7 \geq x \geq 95,3$ dan kategorisasi tinggi $x > 95,3$. Variabel *personal adjustment* dalam penelitian ini memiliki *mean* temuan (x) sebesar 96,34. Hal ini mengindikasikan bahwa *personal adjustment* pada santriwati tahun pertama pondok pesantren X Cikarang berada pada kategori tinggi. Sedangkan pada variabel dukungan keluarga, kategorisasi rendah $x < 105$, kategorisasi sedang $105 \geq x \geq 165$ dan kategorisasi tinggi $x > 165$. Kemudian dari variabel dukungan keluarga memiliki *mean* temuan (x) sebesar 186,56, yang berarti bahwa dukungan keluarga pada santriwati tahun pertama pondok pesantren X Cikarang berada pada kategori tinggi.

Hasil kategorisasi yang tinggi pada variabel *hardiness*, *personal adjustment* dan dukungan keluarga mengindikasikan bahwa hampir seluruh santriwati yang baru memasuki pondok pesantren mampu menyesuaikan diri dengan baik dilingkungannya dan mendapatkan dukungan yang penuh dari keluarga sehingga santriwati memiliki kepribadian tangguh (*hardiness*) yang dinilai baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dipaparkan, maka dapat ditarik kesimpulan yaitu: Ada hubungan yang signifikan dengan arah positif antara *personal adjustment* dengan *hardiness* pada santriwati tahun pertama pondok pesantren X Cikarang. Selanjutnya, ada hubungan yang signifikan dengan arah positif antara dukungan keluarga dengan *hardiness* pada santriwati

tahun pertama pondok pesantren X Cikarang, Terakhir, ada hubungan yang signifikan dengan arah positif antara *personal adjustment* dan dukungan keluarga dengan *hardiness* pada santriwati tahun pertama pondok pesantren X Cikarang. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *personal adjustment* dan dukungan keluarga pada diri santriwati maka semakin tinggi tingkat *hardiness*-nya, sebaliknya semakin rendah *personal adjustment* dan dukungan keluarga pada diri santriwati maka semakin rendah pula tingkat *hardiness*-nya.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka penulis dapat memberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Saran Teoritis

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian sejenis diharapkan untuk lebih memperluas kajian tentang *personal adjustment*, dukungan keluarga dan *hardiness* untuk mendapatkan hasil penelitian yang lebih sempurna dan lengkap berdasarkan perkembangan ilmu terbaru. Selain itu, diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti objek penelitian yang berbeda seperti pada pondok pesantren tradisional (Salafi) atau sekolah islam terpadu yang menerapkan sistem *fullday school* dan asrama. Selanjutnya, disarankan pula untuk meneliti variabel-variabel yang dapat mempengaruhi *hardiness* yang belum diteliti seperti pola asuh orangtua, kecerdasan emosi, keterampilan komunikasi, dan rasa percaya diri.

2. Saran Praktis

a. Bagi Santriwati

Bagi santriwati yang baru memasuki pondok pesantren hendaknya dapat mempertahankan kemampuan dalam menyesuaikan diri agar menjadi pribadi yang tangguh dan mampu bertahan di pondok pesantren, dengan cara ikut aktif dalam berbagai kegiatan pesantren, dapat berperilaku sesuai dengan aturan pesantren, menjalankan perannya dengan baik di lingkungan, serta mudah bergaul dengan teman sebayanya maupun komponen yang berada di lingkungan pesantren. Santriwati juga disarankan untuk dapat terus terbuka dan bertukar cerita dengan keluarga, sehingga santriwati merasa mendapatkan dukungan yang penuh untuk tetap bertahan di lingkungan pesantren.

b. Bagi Pesantren

Pesantren disarankan dapat mengoptimalakan tenaga pembimbing seperti *ustadzah* agar santriwati dapat memahami permasalahan yang ada pada dirinya. Peran *ustadzah* diharapkan dapat memantau dan mengevaluasi perilaku santriwati agar dapat bertahan di lingkungan pesantren dengan cara, ikut berpartisipasi dalam kegiatan santriwati, saling berdiskusi atau *sharing* dengan santriwati, memberikan solusi apabila santriwati sedang dalam masalah, sehingga santriwati yang baru memasuki

pondok pesantren dapat merasa nyaman berada di pondok pesantren.

DAFTAR PUSTAKA

- Angkasa, P. dkk. (2016). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Ibu dari Anak yang Menderita Bronkopneumonia di BKPM Kota Pekalongan. *Jurnal Litbang Kota Pekalongan. Vol.1*, 50-59
- Clarabella, S, J., Hardjono & Setyanto, A, T. (2015). Hubungan Penyesuaian Diridan Dukungan Sosial Teman Sebayadengan Hardiness pada Remaja yang Mengalami Residential Mobility di Keluarga Militer. *Jurnal Psikolog. Vol.7* No.13,96-108.
- Garraga, B, N, I., (2017). Hardiness Karyawan yang Mengalami Pemutusan Hubungan Kerja. *Psikoborneo. Vol.5* No.3, 642 - 653.
- Handono, O, T., & Bashori, K. (2013). Hubungan Antara Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial terhadap Stres Lingkungan pada Santri Baru. *Empathy. Vol.1* No.2, 79-89
- Karunia, E. (2016). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kemandirian *Activity of Daily Living Pascastroke. Jurnal Berkala Epidemiologi. Vol. 4* No.2, 213-224.
- Munawaroh, A., Dorla., & Hamiyati. (2016). Analisis Dukungan Keluarga dalam Kemandirian Lansia di Desa Payungsari Kecamatan Pedes Kabupaten Karawang. *Jurnal Kesehatan Keluarga dan Pendidikan (JKPP). Vol. 3* No.02, 50-54.
- Nirwana, B., Putra, Y, Y., & Yusra, Z. (2014). Gambaran Hardiness pada Individu dengan Disabilitas yang Sukses. *Jurnal RAP UNP. Vol.5* No.2, 114-124.
- Prihatsanti, U. (2014). Dukungan Keluarga dan Modal Psikologis Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Undip. Vol 13* No.2, 196-201.
- Sri, D, P., & Suprapti, V. (2013). Pengaruh Dukungan Keluarga terhadap *Psychological Well Being* pada Masa Pensiun. *Jurnal Psikologii Pendidikan dan Perkembangan. Vol.2* No.3, 194-205.
- Yunanto, K, T. (2016). *Aplikasi Komputer Psikologi (Diktat Kuliah dan Panduan Pratikum)*. Jakarta : Universitas Persada Indonesia Y.A.I. Perempuan yang Tinggal di Rumah Ibu Mertua. *Psikoislamika. Vol.2* No.1, 83-98.