

**RESILIENSI AKADEMIK TERHADAP SANTRI YANG  
MEMILIKI TIGA PERAN**

**JURNAL**

Diajukan kepada  
Program Studi Psikologi Islam  
Jurusan Psikologi dan Psikoterapi  
Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta



Oleh:  
**MALIKA LUTHFIYAH**  
NIM. 201141114

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
JURUSAN PSIKOLOGI DAN PSIKOTERAPI  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**

**2024**

**AYATULLAH KUTUB HARDEW, M.PSI., PSIKOLOG  
DOSEN PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**

NOTA DINAS PEMBIMBING

---

Hal : Jurnal Sdri. Malika Luthfiyah

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

UIN Raden Mas Said Surakarta

*Assalamu'alaikum Warrahmatullah Wabarakatuh*

Setelah membaca, meneliti, mengoreksi, dan mengadakan perbaikan  
seperlunya terhadap Jurnal saudara:

Nama : Malika Luthfiyah

NIM : 201141114

Judul : Resiliensi Akademik Terhadap Santri yang Memiliki Tiga Peran

Dengan ini kami menilai artikel jurnal tersebut dapat disetujui dan diajukan  
pada Sidang Skripsi Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan  
Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

*Wassalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh*

Surakarta, 30 Maret 2024

Pembimbing



**Ayatullah Kutub Hardew, M.Psi., Psikolog**  
**NIP. 199403072021121014**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN ARTIKEL JURNAL

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Malika Luthfiyah  
NIM : 201141114  
Program Studi : Psikologi Islam  
Jurusan : Psikologi dan Psikoterapi  
Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran bahwa jurnal saya yang berjudul **“RESILIENSI AKADEMIK TERHADAP SANTRI YANG MEMILIKI TIGA PERAN”** adalah hasil karya atau penelitian sendiri bukan hasil karya orang lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat sebenar-benarnya. Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab peneliti.

Surakarta, 29 April 2024



**NIM. 20.114.1.114**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**RESILIENSI AKADEMIK TERHADAP SANTRI YANG MEMILIKI  
TIGA PERAN**

Disusun Oleh:

**Malika Luthfiah**  
**NIM. 201141114**

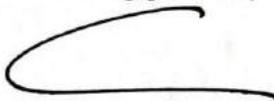
Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta  
29 April 2024

Dinyatakan telah memenuhi persyaratan guna memperoleh Gelar Sarjana

Psikologi

Surakarta, 08 Mei 2024

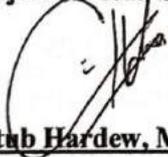
Penguji Utama,



**Zaenal Muttaqin, S.Ag., M.A., Ph.D.**

**NIP. 19760108 200312 1 003**

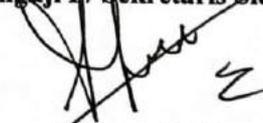
Penguji II / Ketua Sidang



**Avatullah Kutub Hardew, M.Psi. Psikolog**

**NIP. 19940307 202112 1 014**

Penguji I / Sekretaris Sidang

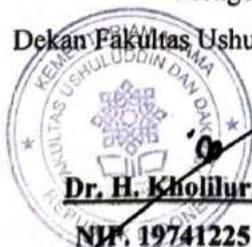


**Triyono, M.Si.**

**NIP. 198210122017011170**

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah



**Dr. H. Kholilurrohman, M.Si.**

**NIP. 19741225 200501 1 005**

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Dengan segala puji Syukur kepada Allah SWT dan atas segala doa dan dukungan dari orang tercinta. Akhirnya Artikel Jurnal ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Oleh karena itu, dengan rasa bangga dan bahagia saya ucapkan rasa syukur dan terimakasih kepada:

1. Allah SWT, karena atas ridho dan izinnya maka Artikel Jurnal ini dapat dibuat dan selesai pada waktunya.
2. Papa dan mama ku yang tercinta, papa Maskurillah dan mama Jayem terimakasih telah memberikan dukungan moral maupun materi, serta doa yang tiada henti untuk kesuksesan saya. Semoga kemuliaan selalu tercurah untuk kedua orang tua saya.
3. Untuk Arham Multazam Halimi, terimakasih untuk tawamu, keceriaanmu membuat aunty semangat dalam menyelesaikan tanggung jawab sebagai mahasiswa.
4. Untuk sahabat Aliyah, Lista Amalia dan Salamah Saidah Sumayyah terimakasih untuk support, doa dan tempat pendengar terbaik.
5. Untuk teman-teman seperjuanganku, Psikologi Islam C Angkatan 2020 terimakasih atas kebersamaannya dan kerjasamanya selama masa perkuliahan, semoga ketenangan, kebahagiaan, kesuksesan, keberkahan selalu menyertai hidup kalian dan semangat untuk mengejar impian kalian. Senang bisa menjadi bagian dari Psikologi Islam C 2020

## **MOTTO**

“Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan aku perkenankan bagimu”.

**QS. Gafir: 60**

“Jika kamu tidak mampu menahan lelahnya belajar maka kamu harus mampu menahan perihnya kebodohan”.

**Imam Syafi’i**

“Jadilah pribadi yang selalu tersenyum, menebar kebaikan dan membawa pengaruh positif untuk orang-orang disekitar mu, dan jadilah orang yang pemaaf”.

**Malika Luthfiyah**

## ABSTRAK

**Malika Luthfiyah (201141114).** Resiliensi Akademik Terhadap Santri yang Memiliki Tiga Peran. **Artikel Jurnal: Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, 2024.**

Salah satu Pondok Pesantren yang berada di daerah Bekasi, Jawa Barat memiliki program khusus yang diterapkan untuk para santrinya terkhusus untuk santri tingkat tiga Aliyah. Program tersebut berupa kegiatan perkuliahan yang wajib diikuti untuk memenuhi syarat kelulusan bagi santri tingkat akhir, sehingga para santri memiliki tiga peran yakni berperan sebagai siswa tingkat tiga Aliyah, Santri dan Mahasiswa non formal. Ketiga peran yang dimiliki santri tingkat tiga Aliyah ini memerlukan adanya resiliensi akademik yang dapat membantu menghadapi kesulitan dan permasalahan selama proses pembelajaran. Penelitian ini menggunakan metode wawancara semi terstruktur dan *study* dokumentasi. Analisis data pada penelitian ini menggunakan *interpretative phenomenological analysis* (IPA) dengan Software atlas.ti. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran resiliensi akademik pada santri yang memiliki tiga peran. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tiga peran yang dijalankan oleh informan tidak menghambat ketiga informan dalam menuntut ilmu sebagai santri yang memiliki tiga peran, ketiga peran tersebut dapat menciptakan nilai-nilai positif dalam diri informan hal tersebut terbentuk karena adanya resiliensi akademik. Resiliensi akademik informan dibangun atas enam hal, adanya regulasi emosi, *impuls control*, *causal analysis*, *optimis*, *self efikasi*, *reaching out*..

**Kata Kunci: Resiliensi Akademik, Santri, dan Peran.**

## ABSTRACT

**Malika Luthfiah (201141114).** Academic Resilience for Students who Have Three Roles. **Journal Article: Islamic Psychology Study Program, Faculty of Ushuluddin and Da'wah, Raden Mas Said State Islamic University Surakarta, 2024.**

*One of the Islamic Boarding Schools located in Bekasi, West Java has a special program applied to its students, especially for third-level Aliyah students. The program is in the form of lecture activities that must be followed to meet the graduation requirements for final-year students, so students have three roles, namely acting as third-year Aliyah students, Santri and non-formal students. The three roles of Aliyah third-level students require academic resilience that can help them face difficulties and problems during the learning process. This study used a semi-structured interview method and documentation study. Data analysis in this study used interpretative phenomenological analysis (IPA) with atlas. ti software. This study aims to find out how the picture of academic resilience in students who have three roles. The results of this study show that the three roles carried out by informants do not inhibit the three informants from studying as students who have three roles, these three roles can create positive values in informants, which is formed because of academic resilience. Informant academic resilience is built on six things, emotional regulation, impulse control, causal analysis, optimism, self-efficacy, and reaching out*

**Keywords: Academic Resilience, Students, and Roles.**

## **KATA PENGANTAR**

Alhamdulillah rabbil'alamin puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan nikmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan artikel jurnal ini untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi. Peneliti menyadari selesainya artikel jurnal ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Peneliti mengucapkan terimakasih yang setulus-tulusnya atas segala bentuk bantuan, baik doa, dukungan, nasehat, maupun ilmu yang telah diberikan oleh semua pihak yang terlibat secara langsung maupun tidak langsung, sehingga peneliti mampu menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik. Oleh karena itu, dengan ketulusan dan kerendahan hati rasa syukur yang begitu besar, peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Toto Suharto, S.Ag., M.Ag., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
2. Bapak Dr. H.Kholilurrohman, M.Si., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah.
3. Dr. Retno Pangestuti, M.Psi., Psikolog, selaku ketua Jurusan Psikologi dan Psikoterapi.
4. Bapak Triyono, M.Si., selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam dan Penguji I yang telah memberikan masukan dan arahan dalam penyusunan artikel jurnal.
5. Bapak Ayatullah Kutub Hardew, M.Psi., Psikolog., selaku Dosen Pembimbing yang telah sabar dalam membimbing dan memberikan masukan dalam penyusunan artikel jurnal.
6. Bapak Zaenal Muttaqin, S.Ag., M.A., Ph.D ., selaku penguji utama yang telah memberikan masukan dan arahan dalam penyusunan artikel jurnal.
7. Seluruh dosen dan staff karyawan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta yang telah memberikan ilmu serta pelayanan kepada peneliti selama kuliah.
8. Papa dan mama ku yang tercinta, papa Maskurillah dan mama Jayem terimakasih telah memberikan dukungan moral maupun materi, serta

doa yang tiada henti untuk kesuksesan saya. Semoga kemuliaan selalu tercurah untuk kedua orang tua saya.

9. Untuk Arham Multazam Halimi, terimakasih untuk tawamu, keceriaanmu membuat aunty semangat dalam menyelesaikan tanggung jawab sebagai mahasiswa.
10. Untuk sahabat Aliyah, Lista Amalia dan Salamah Saidah Sumayyah terimakasih untuk support, doa dan tempat pendengar terbaik.
11. Untuk orang-orang spesial dalam hidup saya dengan nomer nim 084, 087, 089, 090, 094, 098, 105, 110 terimakasih atas support, doa dan kebersamaan selama empat tahun perkuliahan ini, semangat untuk memasuki fase berikutnya dan semoga kebahagiaan selalu menyertai dalam kehidupan kalian.
12. Untuk teman-teman seperjuanganku, Psikologi Islam C Angkatan 2020 terimakasih atas kebersamaannya dan kerjasamanya selama masa perkuliahan, semoga ketenangan, kebahagiaan, kesuksesan, keberkahan selalu menyertai hidup kalian dan semangat untuk mengejar impian kalian. Senang bisa menjadi bagian dari Psikologi Islam C 2020.

## DAFTAR ISI

NOTA PEMBIMBING .....	ii
SURAT PERNYATAAN ARTIKEL JURNAL .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	v
MOTTO .....	vi
ABSTRAK .....	vii
ABSTRACT .....	viii
KATA PENGANTAR.....	xi
PENDAHULUAN.....	90
METODE PENELITIAN .....	92
HASIL .....	93
PEMBAHASAN .....	99
KESIMPULAN DAN SARAN .....	101
DAFTAR PUSTAKA .....	102

## RESILIENSI AKADEMIK TERHADAP SANTRI YANG MEMILIKI TIGA PERAN

Malika Luthfiyah<sup>1</sup>, Ayatullah Kutub Hardew<sup>2</sup>.

<sup>1,2</sup>Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, Indonesia

Email: [malluthfiyah@gmail.com](mailto:malluthfiyah@gmail.com)

### Article Info

Submitted:

11 Januari 2024

Revised:

22 Februari 2024

Published:

30 Maret 2024

Kata Kunci:  
Resiliensi Akademik ; Santri ;  
dan Peran.

Keywords:  
*Academic Resilience ;  
Students  
;and Roles.*

### Abstrak

Salah satu Pondok Pesantren yang berada di daerah Bekasi, Jawa Barat memiliki program khusus yang diterapkan untuk para santrinya terkhusus untuk santri tingkat tiga Aliyah. Program tersebut berupa kegiatan perkuliahan yang wajib diikuti untuk memenuhi syarat kelulusan bagi santri tingkat akhir, sehingga para santri memiliki tiga peran yakni berperan sebagai siswa tingkat tiga Aliyah, Santri dan Mahasiswa non formal. Ketiga peran yang dimiliki santri tingkat tiga Aliyah ini memerlukan adanya resiliensi akademik yang dapat membantu menghadapi kesulitan dan permasalahan selama proses pembelajaran. Penelitian ini menggunakan metode wawancara semi terstruktur dan *study dokumentasi*. Analisis data pada penelitian ini menggunakan *interpretative phenomenological analysis* (IPA) dengan Software atlas.ti. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran resiliensi akademik pada santri yang memiliki tiga peran. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tiga peran yang dijalankan oleh informan tidak menghambat ketiga informan dalam menuntut ilmu sebagai santri yang memiliki tiga peran, ketiga peran tersebut dapat menciptakan nilai-nilai positif dalam diri informan hal tersebut terbentuk karena adanya resiliensi akademik. Resiliensi akademik informan dibangun atas enam hal, adanya regulasi emosi, *impuls control*, *causal analysis*, *optimis*, *self efikasi*, *reaching out*.

### Abstract

*One of the Islamic Boarding Schools located in Bekasi, West Java has a special program applied to its students, especially for third-level Aliyah students. The program is in the form of lecture activities that must be followed to meet the graduation requirements for final-year students, so students have three roles, namely acting as third-year Aliyah students, Santri and non-formal students. The three roles of Aliyah third-level students require academic resilience that can help them face difficulties and problems during the learning process. This study used a semi-structured interview method and documentation study. Data analysis in this study used interpretative phenomenological analysis (IPA) with atlas. ti software. This study aims to find out how the picture of academic resilience in students who have three roles. The results of this study show that the three roles carried out by informants do not inhibit the three informants from studying as students who have three roles, these three roles can create positive values in informants, which is formed because of academic resilience. Informant academic resilience is built on six things, emotional regulation, impulse control, causal analysis, optimism, self-efficacy, and reaching out*

## PENDAHULUAN

Pesantren berasal dari kata *pe-santri-an* yang berarti tempat tinggal santri atau dikenal sebagai murid, dalam Pondok Pesantren dipimpin oleh seorang kiai dibantu oleh santri-santri yang telah ditunjuk untuk mengelola Pesantren, organisasi atau lembaga yang berada dalam Pesantren tersebut. Pondok Pesantren menjadi bagian dari produk budaya Indonesia. Sistem pembelajaran di Pondok Pesantren mengadopsi Pendidikan keagamaan yang berkembang sejak awal kedatangan Islam di Nusantara (Hidayat, 2017). Menurut Husnussaadah (2020) Pondok Pesantren merupakan lembaga Pendidikan Islam yang di dalamnya terdapat seorang kiai (pendidik), guru, dan para santri dilengkapi dengan sarana-sarana seperti masjid digunakan untuk menyelenggarakan Pendidikan tersebut serta terdapat asrama atau pondok sebagai tempat tinggal para santri. Setiap Pondok Pesantren memiliki program khusus masing-masing yang diterapkan untuk para santrinya. Salah satunya Pondok Pesantren yang berada di daerah Bekasi Jawa Barat memiliki program khusus yang diterapkan untuk para santrinya terkhusus santri kelas tiga Aliyah.

Program khusus tersebut mewajibkan santri tingkat tiga Aliyah untuk melaksanakan perkuliahan, di dalam Pondok Pesantren tersebut selain memiliki jenjang Pendidikan dari tingkat Raudhatul Athfal, Madrasah Tsanawiyah, Madrasah Aliyah terdapat juga perguruan tinggi. Santri tingkat tiga Aliyah yang tinggal di Pondok Pesantren tersebut memiliki tiga peran. pertama, berperan sebagai siswa kelas tiga Aliyah (tingkat akhir). Kedua, berperan sebagai mahasiswa. Ketiga, berperan sebagai seorang santri. Peran Mahasiswa yang dijalankan oleh santri tingkat tiga Aliyah hanya sebagai persiapan sebelum memasuki dunia perkuliahan (non formal) adapun tujuan dibentuknya program kuliah tersebut sebagai pembelajaran untuk santri tingkat tiga Aliyah sebelum memasuki dunia perkuliahan. Program tersebut wajib dilaksanakan untuk memenuhi kewajiban syarat kelulusan sebagai santri tingkat akhir (tiga Aliyah). Menurut penelitian yang dilakukan oleh M. Hasanah (2018) dijelaskan bahwa santri yang memiliki peran tanggung jawab lebih dari satu, membuat santri tersebut mengalami stres dan tertekan terhadap program yang dijalankan karena fokusnya yang terbagi antara peran satu dengan lainnya, karena hal tersebut berdampak pada rendahnya resiliensi akademik yang dimiliki oleh santri dalam menyesuaikan diri, cenderung kurang mampu dalam menghadapi permasalahan serta kesulitan dalam proses pembelajaran di Pondok Pesantren.

Berdasarkan hal tersebut, dalam menjalankan kehidupan di Pondok Pesantren sebagai santri yang memiliki tiga peran, perlu adanya kemampuan untuk menyesuaikan diri dan mampu bertahan dengan segala kesulitan ditengah proses pembelajaran sebagai santri yang memiliki tiga peran sehingga dapat meningkatkan potensi diri setelah menghadapi keadaan yang penuh tekanan atau disebut sebagai resiliensi (Suprpto, 2020). Resiliensi merupakan keterampilan dengan pengetahuan pada seseorang terbentuk seiring berjalannya waktu setelah individu mampu untuk keluar dari permasalahan serta dapat mengatasinya dengan baik (Gamble & Crouse, 2020). Sedangkan dalam akademik, resiliensi merupakan ketahanan dalam proses belajar, yakni sebuah proses dinamis ditunjukkan dengan kekuatan dan ketangguhan seseorang untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif, saat menghadapi situasi sulit yang menekan

dalam aktivitas belajar (Hendriani et al., 2017). Resiliensi akademik dapat diartikan sebagai kemampuan mengatasi tantangan yang dianggap sebagai suatu permasalahan dalam perkembangan pendidikan individu (Cassidy, 2016). Menurut Cassidy (2016) terdapat tiga aspek resiliensi akademik yang meliputi: (1) *perseverance*, sikap pantang menyerah, mampu bekerja keras dan berusaha, berpegang pada rencana dan tujuan, menerima dan memanfaatkan umpan balik, mampu memecahkan masalah secara imajinatif dan melihat masalah sebagai peluang, mampu berkembang dalam tantangan, (2) *Reflecting and Adaptive-Help-Seeking*, individu dapat merefleksikan kelebihan dan kekurangan diri sendiri, menerapkan metode pembelajaran yang sesuai, siap mencari bantuan, dukungan dan dorongan, serta mampu memantau kinerjanya sendiri, (3) *Negative Affect and Emotional Response*, yaitu kemampuan individu dalam menghadapi kecemasan, merespon pengalaman emosional negative dan bertahan dari keputusan.

Stoffel & Cain (2018) mengemukakan bahwa resiliensi akademik merupakan ketahanan dalam hal Pendidikan, secara umum adalah usaha untuk meningkatkan peluang keberhasilan dalam bidang Pendidikan walaupun terdapat peristiwa dan kondisi yang menekan. Terdapat empat dimensi resiliensi akademik yakni, (a) *Confidence (self-belief)* merupakan keyakinan yang dimiliki siswa dalam menghadapi tugas sekolah dengan usahanya meskipun terdapat tantangan atau kesulitan. (b) *Control a sense of control* merupakan kemampuan untuk melakukan tugas dengan baik seperti mampu dalam mengelola dan mengendalikan tuntutan atau tantangan yang dihadapi dalam proses belajar. (c) *Composure (anxiety)* merupakan kemampuan untuk mengelola perasaan cemas dan khawatir terhadap pekerjaan atau tugas sekolah yang dimiliki. (d) *Commitment (persistence)* merupakan kemampuan untuk menyelesaikan atau melewati tantangan dalam mengerjakan tugas sekolah (Hendriani, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan pada tanggal 22 Februari 2023 melalui wawancara kepada tiga santri berinisial NK (18 tahun), SH (18 tahun), SA (18 tahun) yang memiliki tiga peran ditemukan bahwa tiga peran dapat meningkatkan kemampuan dalam diri, seperti belajar manajemen waktu, fokus pengembangan bakat, belajar menjadi pribadi yang lebih disiplin dan bertanggungjawab, berani berbicara di depan umum. Selain itu tiga peran yang diberikan pondok pesantren dapat menambah wawasan pengetahuan, menambah ilmu, serta membuat waktu menjadi produktif, membentuk pribadi yang lebih dewasa, serta dapat membawa pengaruh positif dalam diri. Berdasarkan permasalahan yang sudah dipaparkan tersebut terdapat kesenjangan antara penelitian terdahulu dengan hasil studi pendahuluan. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa tiga peran yang dimiliki oleh santri berdampak pada kondisi santri menjadi mudah stres dan tertekan. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa santri tidak merasa tertekan terhadap tiga peran yang dijalankannya, melainkan santri tetap dapat beradaptasi dan menganggap bahwa tiga peran tersebut dapat menciptakan nilai-nilai positif, seperti meningkatkan kemampuan dalam diri santri. Dengan demikian peneliti menemukan rumusan masalah sesuai dengan penelitian ini yaitu, bagaimana gambaran resiliensi akademik terhadap santri yang memiliki tiga peran. Berdasarkan hal tersebut penelitian ini penting untuk dilakukan demi mendalami fenomena resiliensi akademik pada santri yang memiliki tiga peran.

Pembaharuan dalam penelitian ini dengan penelitian terdahulu terletak pada peran yang dijalankan oleh santri, dimana berdasarkan penelitian terdahulu hanya berfokus pada santri yang memiliki dua peran saja. Penelitian tersebut diteliti oleh Suprpto (2020) dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa santri Pondok Pesantren mempunyai tugas-tugas selain menghafalkan Al-Qur'an juga memiliki tugas sebagai seorang pelajar, Kemudian dalam penelitian (Mahasin, 2022) dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa Pondok Pesantren SMPQ Al-Ihsan (menengah pertama) merupakan sekolah dengan program hafal Al-Qur'an. Santri yang tinggal di Pondok Pesantren tersebut memiliki peran sebagai pelajar SMP dan penghafal Al-Qur'an. Putri & Uyun (2017) dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa santri yang tinggal di Pondok Pesantren Yogyakarta memiliki dua peran yang wajib dilaksanakan yakni sebagai santri penghafal Al-Qur'an dan sebagai pelajar SMA. Disamping hal tersebut penelitian yang akan dilaksanakan dalam penelitian ini menggunakan fokus pada santri yang memiliki tiga peran, sehingga penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilaksanakan memiliki perbedaan didalamnya. Adapun manfaat teoritis dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pada bidang psikologi Pendidikan dan psikologi perkembangan. Adapun manfaat praktis dari penelitian ini sebagai bahan acuan bagi Pondok Pesantren diharapkan mampu Menyusun program yang dapat meningkatkan resiliensi bagi santri yang memiliki tiga peran.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Metode kualitatif adalah penelitian yang dilakukan dengan *setting* alamiah bukan hasil perlakuan atau manipulasi variabel yang dilibatkan, bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam mengenai suatu fenomena (Fadli, 2021). Sedangkan fenomenologi adalah suatu pendekatan untuk mengungkap kesamaan makna dari suatu fenomena beserta konteksnya secara sadar yang dialami individu (Suyanto, 2019). Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *sampling purposive*. Sugiyono (2013) *sampling purposive* merupakan teknik penentuan sampel dengan kriteria-kriteria tertentu. Karakteristik dalam teknik pengambilan sampel adalah santri tingkat akhir (tiga Aliyah) yang memiliki tiga peran. penelitian ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Bekasi Jawa Barat.

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode wawancara semi terstruktur dan *study* dokumentasi. Guide wawancara disusun berdasarkan teori resiliensi akademik oleh (Cassidy, 2016). Wawancara semi terstruktur bertujuan untuk menggali permasalahan secara terbuka, di mana responden diminta pendapatnya serta ide untuk memperoleh informasi yang lebih terbuka dan luas (Kaelan, 2012). Analisis data dalam penelitian ini menggunakan *interpretative phenomenological analysis* (IPA) dibantu dengan Software atlas.ti. Menurut (Kahija, La, 2018) terdapat beberapa langkah analisis data dengan menggunakan Teknik IPA, yakni: membaca transkrip secara berulang kemudian peneliti memeriksa makna yang terkandung dan memberikan komentar eksploratoris yang meliputi; (a) *Descriptive comments* (b) *Linguistic comments* (c) *Conceptual comments*. Tahap selanjutnya memberikan tema emergen pada setiap komentar eksploratoris kemudian mencari hubungan

yang sama antar tema emergen agar dapat dikelompokkan menjadi tema super ordinat. Tahap terakhir menghubungkan antar tema super ordinat yang sama agar dapat dikelompokkan menjadi tema super induk.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Hasil**

**Tabel 1. Demografis Informan Penelitian**

<b>Identitas Informan</b>					
<b>No</b>	<b>Informan</b>	<b>Usia</b>	<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Kelas</b>	<b>Peran</b>
<b>1.</b>	KH	18 tahun	perempuan	3 Aliyah	Pelajar, Santri dan Mahasiswa Baru
<b>2.</b>	WD	18 tahun	Perempuan	3 Aliyah	Pelajar, Santri dan Mahasiswa Baru
<b>3.</b>	HN	18 tahun	Perempuan	3 Aliyah	Pelajar, Santri dan Mahasiswa Baru

**Tabel 2. Tema Induk dan Tema Super-Ordinat Informan Penelitian**

<b>TEMA INDUK</b>	<b>TEMA SUPER-ORDINAT</b>
Emotion Regulation	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kesadaran terhadap kondisi emosi dan pikiran</li> <li>2. Kesadaran terhadap kondisi emosi, pikiran dan fisik</li> </ol>
Impuls Control	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pemecahan masalah pondok pesantren</li> </ol>
Optimis	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dukungan teman sebaya</li> <li>2. Dukungan keluarga</li> <li>3. Motivasi factor pendidikan</li> <li>4. Motivasi untuk berkegiatan di pondok pesantren</li> </ol>
Causal Analysis	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Persepsi terhadap system Pendidikan</li> <li>2. Tekanan dari pendidikan pondok pesantren</li> </ol>
Self efikasi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ketangguhan diri</li> </ol>

Reaching out	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pandangan positif terhadap diri sendiri</li> <li>2. Pandangan positif terhadap Pondok Pesantren.</li> </ol>
--------------	---

### **Emotion Regulation**

Hal pertama yang membangun resiliensi akademik santri tingkat tiga Aliyah dalam menghadapi setiap tanggung jawabnya adalah regulasi emosi. Regulasi emosi dibangun oleh dua hal. Pertama, melalui kesadaran santri terhadap kondisi emosi dan pikiran. Kedua, melalui kesadaran santri terhadap kondisi emosi, pikiran dan fisiknya. Kemudian dari dua hal tersebut terdapat emosi negatif dan positif yang dirasakan oleh santri, dampak yang santri dapatkan dari kegiatannya yang padat, dan cara santri dalam mengelola rasa lelah saat menjalani tiga peran secara bersamaan. Berikut pernyataan informan:

*"aku kadang suka banget yang namanya gampang marah, terus klo udah cape banget ya aku nangis, dan kalao marah ngelampiasinnya ke kamar wkwk tapi klo aku pingin tapi males buat ngeliat ke kamar tuh aku pergi jajan atau gaak ya aku ke kamr temen aku".* (INF 3: HN: 138 baris ke 1)

*"jujur sama padetnya itu sih sebenarnya gak terlalu aku suka soalnya cape jadi kadang klo aku relain gak kuliah, kadang aku relain buat jagain yg sakit buat gak ikut kegiatan doang wkwk, ya kalo aku merasa gak enak badan juga aku langsung gelar kasur hehe"* (INF 3: HN: 138 baris ke 8)

*"aku sendiri pokoknya kalau ada masalah kita punya solusinya ko KH tenang aja, tenang aja"* (INF 1: KH :299)

*"beban, rasanya tuh kaya lebih berat, lebih beban, lebih pusing. Iya ga sih aaaaa".* (INF 1: KH: 231 baris ke 1)

*"selama jadi tiga Aliyah rasanya apa aja? Nano-nano gitu ka, jadi mudah emosi, senang, sedih, takut semuanya. Semua rasa kalau bisa disebutin semua rasa, semuanya dirasain tiga Aliyah tuh udah nyobaiin semuanya takut, bimbang, gelisah".* (INF 1: KH: 233 baris ke 1)

*"Takut gagal, takut ga sesuai ekspektasi".* (INF 1: KH: 263)

*"pencapaian kaya apa yang selama ini dilakuiin ternyata ga sesuai".* (INF 1: KH:265)

*"banyak banget setiap itu ada, kaya bimbang mengambil keputusan, milih jurusan itu kaya butuh pertimbangan kan ga hanya itu doang sih. terus? Nyari-nyariin kandidat buat gantiin aku jadi ketua eskul itu kan kaya yaAllah, takutnya kalau salah milih nanti kaya aku udah bangun, terus diancurin gitu aja gitu sama dia".* (INF 1: KH: 278)

*"dengan banyaknya kegiatan terus juga sama kondisi fisik yang gampang capek".* (INF 2: WD:baris ke 33).

*"cape lumayan, kadang kaya merasa cape gitu kan kadang pengen nih jadi kaya misalkan lagi pada ngobrol gitu pengen ya jadi kaya dia, enak ya ternyata jadi santri*

*biasa, selain cape, seneng, cape, ga nyangka mmm". (INF 2: WD: 103 baris ke 1)*

*"seneng tapi awalnya kaya juga ga kepikiran kalau bakalan bisa, jadi kaya senengnya tuh wah ternyata aku bisa ya ngejalaninnya". (INF 2: WD: 101 baris ke 1)*

*"jujur aku ngerasain yg namanya produktif, jd ya aku harus membagi waktu buat semuanya, buat kuliah, buat belajar, buat sama adek<sup>2</sup> kamar dan lain-lain". (INF 3: HN: 136)*

*"Yaudah balik kamar tidur aja, aku menghindari orang-orang, mau orang yang suka ge engga aku suka jangan ajak ak ngobrol, diem hahah. Udah biarin diemin aja" (INF 1: KH: 38)*

### **Impuls Control**

Hal kedua yang membangun resiliensi akademik santri tingkat tiga Aliyah dalam menghadapi setiap tanggung jawab adalah kemampuan dalam mengendalikan dorongan atau tekanan dalam diri (*Impuls Control*). Mengendalikan impuls yang dilakukan oleh santri tingkat tiga Aliyah terhadap setiap tanggung jawabnya dibangun oleh satu hal adanya pemecahan masalah di Pondok Pesantren. Kemudian, dari hal tersebut terdapat strategi yang dimiliki santri dalam memecahkan permasalahan saat menjalani tiga peran secara bersamaan seperti strategi dalam mengelola perasaan negatif kepada hal positif, mengelola rasa kantuk saat jam pelajaran, penyelesaian masalah dalam diri dan strategi dalam mengelola rasa lelah terhadap fisik. Berikut pernyataan informan:

*"Kalau misalkan aku lagi suntuk engga langsung mau ke kantor, atau misalnya lagi engga ada tugas nih aku itu sih sama masih cerita-cerita sama temen kamar sama anak kamar, aku juga pake waktu itu buat gosok baju ya, buat kebutuhan ini... gosok, ngerapihin lemari sama cerita-cerita sih". (INF 2: WD: 27 baris ke 1).*

*"aku kaya sering cerita ngobrol sama khalisa kaya sering berbagi, berbagi apa ya berbagi kisah gitu kan kaya aku kan tipe orang yang ini ya kaya lagi cape engga aku pendem sendiri, salah satu cara ku biar ga kepikiran itu aku suka cerita anaknya kaya aku suka cerita ke khalisa kaya tadi tuh gini, gini tau jadi kaya oh aku cerita, abis itu aku juga dengerin kisah dia hari itu bagaimana. Itu kaya saling tuker cerita itu bisa bikin perasaan lebih lega maybe kaya enak aja gitu". (INF 2: WD: 61 baris ke 9)*

*"kalau liat kamar berantakan tuh aku tipe yang dari pada cape neriakin mereka aku selesain dulu kaya misalkan sedikit aku panggil anaknya langsung, ayo ini udah aku bantuin ayo rapihin bareng-bareng sama aku. Jadi aku dari pada pake emosi marah aku males sih pake emosi marah jadi kaya beneran akunya jadi turun tangan. Jadinya kita saling gitu". (INF 2: WD: 103 baris ke 7)*

*"kegiatan 2 dan tiga Aliyah lebih padet dan gaada waktu buat tidur siang ya, jadi ya memang beberapa kali aku sempet ngantuk dan tertidur di beberapa pelajaran tapi aku kan punya planning ya target buat diri aku sendiri eee yang bikin aku, aku punya planning buat diri aku sendiri, itu sih kalau aku mau ketiduran dijam guru aku nginget planning-planning aku aja, jadi ayo widad masa ente mau tidur terus sih". (INF 2: WD:137 baris ke 7)*

*"aku biasanya kalau cape itu biasanya baca novel atau engga aku.. nulis-nulis atau engga bikin kaligrafi itu, terus sama ini ngumpul sama temen-temen kalau engga sama Mutia doang jadi kadang gitu. Aku kadang kalau lagi ada masalah nih ya itu langsung ke Mutia aja, maksudnya engga semua aku ceritain kalau ke Mutia tuh ada temen ngobrol gitu loh gitu jadi enak soalnya dia yang tau kamar aku kaya gimana dulunya gitu, jadi kaya gitu deh". (INF 3: HN: 25 baris ke 4).*

*"kalau aku sih dibawa enjoy aja, jadi kaya yaudah jalanin aja, juga banyak temen-temen yang sama kaya aku gitu apalagi temen aku banyak yang jadi ketua kamar juga, aku juga jadi ketua kamar makannya kaya cape tapi yaudah gak apa-apa gitu jalanin aja, walaupun emang males tapi yaudah". (INF 3: HN: 2).*

*"Jangan dipikirin aku mah gitu aja ". (INF 3: HN: 24).*

### **Optimis**

Hal ketiga yang membangun resiliensi akademik santri tingkat tiga Aliyah dalam menghadapi setiap tanggung jawab adalah sikap optimis. Sikap optimis yang dimiliki oleh santri tingkat tiga Aliyah terhadap setiap tanggung jawabnya dibangun oleh empat hal. Pertama, adanya dukungan teman sebaya. Kedua, dukungan keluarga. Ketiga, motivasi faktor Pendidikan. Keempat, motivasi untuk berkegiatan di Pondok Pesantren. Kemudian, dari empat hal tersebut terdapat faktor eksternal, dan internal dari dalam diri, pengaruh lingkungan terhadap faktor kebahagiaan, support dari teman sebaya, peran orang tua. Hal tersebut sangat berpengaruh terhadap sikap optimis yang dimiliki oleh santri tingkat tiga Aliyah dalam menjalankan kewajibannya sebagai santri, mahasiswa dan siswa tingkat tiga Aliyah. Berikut pernyataan informan:

*"hal yg buat aku tetep semangat mondoknya karna ada sahabat-sahabat aku, ngapain aku sedih kan ada mereka yg selalu menghibur, aku tuh selalu curhat sama temen<sup>2</sup> aku klo ada yg bikin kesel dan ternyata mereka sama nasibnya wkwk". (INF 3: HN: 144).*

*"Ya kalau bertahan itu, aku inget orang tua, terus juga sama niatnya buat cari ilmu jadi aku bertahan gitu. Jadi kalau itu inget-inget orang tua yang kasian yang udah biayaiin mahal-mahal kan gitu". (INF 3: HN: 13).*

*"temen-temen aku karena masih ada temen-temen aku yang jadi kalau aku udah ga kuat tuh mereka "ayolah kal, bentar lagi lulusnya, engga papa". (INF 1: KH: 157).*

*"ade aku tuh sekarang kelas tiga sd terus dia mondok, dia mondok thfiz pondokan al-Qur'an, udah gitu setiap kenaikan kelas dia selalu wisuda, kemarin dia abis wisuda 5 juz. Itu tuh bikin aku kaya eeeee ente kal kalah sama ade ente, gatau apa ya disebutnya ya, Cuma jadi ya ada dalem hati ku selama ini ente? Kalah sama ade ente? Ko bisa?". (INF1: KH: 159 baris ke 2).*

*"aku kan ngerasa kaya ini ya lebih bersyukur aku kan dapat amanah banyak ga semua orang bisa dapat kesempatan dapet amanah kaya gitu, jadi beneran kaya ayo semangat aja ga semua orang bisa jadi kaya kamu, ga semua orang bisa dapet kesempatan yang sama". (INF 2: WD: 54 baris ke 2).*

*"Aku ngehiasi kata-kata dilemari jadi ga perlu orang lain yang ngomong, jadi kaya aku nulis aku tempel dilemari jadi setiap aku baca bisa gituloh jadi aku suka banget liat*

*lemari aku*". (INF 2: WD: 69)

*"faktor yang bisa bikin semangat, orang tua kaya pastikan aku pengen ngebanggaiin mama baba, sebenarnya pun mereka engga nuntun banyak hal ke aku, mereka ga pernah nuntut harus ranking, tapi kaya dengan cara yang kaya gitu bagi aku untuk nunjukin kalau aku mau ngasih sedikit atau kaya eee jerih kalian tuh ga sia-sia loh aku disekolah kaya bisa tetep berprestasi dan juga kaya apa ya kaya pengen tetep ngebanggaiin, kaya pengen bisa jadi sehebat mereka, pengen bisa sekolah setinggi-tingginya, kalau kata baba aku harus bisa ngalahin baba, harus bisa ngalahin"* (INF 2: WD:119).

### **Causal Analysis**

Hal keempat yang membangun resiliensi akademik santri tingkat tiga Aliyah dalam menghadapi setiap tanggung jawabnya adalah kemampuan menganalisis lingkungan dan kondisi terhadap program yang dijalankan oleh santri tingkat tiga Aliyah. Kemampuan menganalisis lingkungan dan kondisi (*Causal Analysis*) dibangun oleh dua hal. Pertama, terdapat persepsi terhadap sistem Pendidikan. Kedua, adanya tekanan dari Pendidikan Pondok Pesantren. Kemudian, dari hal tersebut santri tingkat tiga Aliyah menilai bahwa tiga peran yang dijalankan secara bersamaan sangat tidak efektif karena padatnya kegiatan membuat fokus belajar santri terbagi, waktu istirahat menjadi berkurang dan berpengaruh pada kondisi fisik yang mudah lelah dan seharusnya tiga Aliyah hanya fokus sebagai santri dan pelajar tingkat akhir. Berikut pernyataan subjek:

*"sebenarnya efektif bagi orang-orang yang produktif, soalnya kalau bagi aku itu ga efektif banget kaya udah cape sekolah terus entar ada lagi tugas kuliah, belum lagi entar malemnya kegiatan mau ngerjain kapan itu tugas, kerjain malam misalnya kaya kerja kelompok pagi sampe siang sekolah terus lanjut kuliah malemnya masih ada kegiatan selesai kegiatan jam sepuluh. Jam sepuluh dan jam sebelas harus ada dikamar kan ada waktu sejam sedangkan itu tugasnya, tugas kelompok mau gamau kita harus ngumpul kan, sementara kalau ngumpul begitu ga mungkin ngobrolin pelajaran doang pasti awal-awal gossip dulu cerita-cerita dulu".* (INF 1: KH: 261).

*"jadi kalau aku ngerasa di jadwal yapink ini jadi mahasiswi juga tuh termasuk gimana ya biasanya waktu buat istirahat jadi beneran di pake dari pagi, siang, dari pagi sampai siang sekolah. Istirahatnya sebentar makan prepare kuliah lagi sampai sore istirahat bentar udah belajar lagi malemnya, itu kaya waktu...pulang kegiatan itu kan aku punya waktu ke kantor ippink pulang kegiatan malem ya. jadi, aku dari jam sepuluh langsung kekantor ippink sampai jam dua belas jam satu. Waktu istirahat aku di kelas tiga Aliyah ini bener-bener".* (INF 2: WD: 4 baris ke 39).

*"mmm... kalau misalkan aku pengen fokus, kadang aku juga kalau kaya pengen deh fokus aja disekolahnya jadi siswinya, diakhir aku jadi siswi bisa ngasih pengalaman yang bagus gitu kan, bisa ngasih cerita akhir yang baik pas jadi siswi biar aku nanti kalau mau masuk jenjang mahasiswi, jenjang yang lebih tinggi tuh bisa kaya wah nilai akhir aku bagus jadi aku bisa ketolong gituloh kaya aku rasanya aku kalau misalkan ga jadi ini mungkin bisa nambah hafalan, kan jadinya waktu aku luang waktu buat mahamin materi*

*jadi kurang ya, padahal kan masa waktu itu bisa buat hafalan, hafalan yang bakal kepeke nanti". (INF 2: WD: 111 baris ke 1).*

*"mungkin klo yg bisa mah bisa ya. Tp karna itu diri aku jujur sih aku udah cape klo belajar lg setelah seharian astagfirullah wkwk tp klo aku lg gk males dan lagi semangat gk ada rasa lelah sih, jujur kadang aku gk fokus karna ngantuk, laper dan lain-lain". (INF 3: HN: 143 baris ke 1).*

*"apa ya yang aku rasaiin sih itu sebenarnya mah guru-gurunya berkualitas, berkualitas banget Cuma akunya yang udah siang udah ngantuk ga kuat dengerin penjelasan". (INF 1: KH: 291).*

### **Reaching out**

Hal kelima yang membangun resiliensi akademik santri tingkat tiga Aliyah dalam menghadapi setiap tanggung jawab adalah *reaching out*. *Reaching out* dibangun oleh dua hal. Pertama, pandangan positif terhadap diri sendiri. Kedua, pandangan positif terhadap Pondok Pesantren. Kemudian, dari dua hal tersebut tiga peran yang dijalankan oleh ketiga informan dapat menciptakan nilai-nilai positif yang dapat membentuk pribadi yang lebih disiplin dan bertanggung jawab pada setiap peran yang dijalankan, seperti belajar untuk manajemen waktu, disiplin waktu, membentuk pribadi yang lebih dewasa serta dapat menambah wawasan pengetahuan dan dapat mengenal potensi diri. Berikut pernyataan informan:

*"Dunia perkuliahan banyak materinya, lebih tau kaya ente kayanya passioonya engga disini deh, aku kan ekonomi oh berarti kalau entar beneran pengen mau keluar jangan ambil ekonomi" (INF 1: KH: 315).*

*"aku baru bisa terbuka di tiga Aliyah ikut lomba-lomba keluar baik didalam ataupun di luar". (INF 1: KH: 82 baris ke 3).*

*"bisa iya belajar buat lebih disiplin kadang aku suka telat sih datengnya". (INF 1: KH:321).*

*"pengalamannya ya ee apa ya, bisa lebih banyak wawasan, banyak ilmu, terus juga apa yaa. Bisa tau pelajaran yang disekolah sama kuliah itu beda jadi kaya wah, ada juga yang sama jadi lebih mudah dikuliah". (INF 3: UN: 126).*

*"mendewasakan pikiran, jujur aku semenjak 2 aliyah aku jadi dipaksa untuk tambah dewasa dan di kelas 3 juga aku merasa lebih dipaksa untuk menjadi dewasa ekek". (INF 3: UN: 120).*

*"Alhamdulillah aku dapet kepercayaan jadi pengurus ippink sampe kelas 3 aliyah, terus aku juga aktif dipondok sama temen-temen yang lain aktif dikepengurusan jam'iyatul khitabah". (INF 2: WD: 2 baris ke 28)*

*"sekarang aku harus ngehandel anak kamar yang ada 14. Apalagi kan aku jadi sekertaris ya. Sekertaris kan punya kantor sendiri diyapink jadi aku harus membagi waktu. Kaya, tetep harus bisa nih ngehandel kamar tapi juga harus sering ke kantor" (INF 2: WD: 4 baris ke 18).*

*"keren sih, karena aku bisa jalanin yang tadinya aku piker bisa gak ya semua tugas yang diamanahin aku jalanin dalam sekali waktu, kaya aku ga pernah kepikiran kayanya kalo aku bakalan sanggup bisa gitu sampe sekarang ngejalanin jadi santri, santri yang*

*dengan job amanahnya, jadi pelajar juga”*(INF 2: WD: 48 baris ke 1)

### **Efikasi Diri**

Hal keenam yang membangun resiliensi akademik santri tingkat tiga Aliyah dalam menghadapi setiap tanggung jawabnya adalah efikasi diri. efikasi diri dibangun oleh sau hal. Terdapat ketangguhan diri yang dimiliki oleh santri tingkat tiga Aliyah saat menjalani tiga peran secara bersamaan. Kemudian, dari hal tersebut terdapat motivasi eksternal, adanya dukungan dari orang terdekat serta motto hidup yang menjadi acuan dalam menjalani kehidupan di Pondok Pesantren sebagai santri yang memiliki tiga peran sangat berpengaruh pada keyakinan santri tingkat tiga Aliyah dalam menjalankan tiga peran secara bersamaan. Berikut pernyataan informan:

*"aku tuh yakin karena apa ya, kalau ga salah...aku tuh pernah nemu quote gitu loh bukan quote juga sih, kaya video terus kata-katanya tuh kaya gini... kamu udah sejauh ini kenapa mau nyerah gitu kan, kamu kan bisa melewati semua ini, pokoknya gitu intinya. Aku lupa Bahasa-bahasanya gimana pokoknya gitu intinya kaya eee... kamu udah ada dititik ini loh kenapa harus nyerah coba buktiiin yang terbaik kaya gitu biar kamu bisa lewatin semuanya kaya gitu pokoknya aku dapet motivasi dari quote itu, sama yaa pokoknya Bahagia aja terus apalagi pas kelas tiga Aliyah itukan banyak temen-temen aku juga yang maksudnya aku engga sendirian gitu loh, banyak yang dukung kaya nasib kita sama, kaya tiga Aliyah itu sama-sama cape sama kamar, kadang pertemanannya juga jadi kita yakin-yakin aja kalau sama temen-temen kan enak beban kaya gaada gitu”*(INF 3:HN:41).

*"pegangan aku tuh inna ma'al usri yusraa kak, kek yang sabar aja KH ini Cuma setahun doang ko dan yang bikin aku yakin juga kelulusan abis masa ini aku akan bener-bener keluar ko ga akan selamanya begini”*(INF 1: KH: 144)

### **Pembahasan**

Menurut Cassidy (2016) resiliensi akademik dapat diartikan sebagai kemampuan mengatasi tantangan yang dianggap sebagai suatu permasalahan dalam perkembangan Pendidikan individu. Penelitian ini mendapati bahwa resiliensi akademik yang dimiliki oleh santri yang berperan sebagai siswa kelas tiga Aliyah, santri dan mahasiswa baru dibangun oleh kemampuan santri dalam meregulasi emosi, *mengendalikan impuls, optimis*, menganalisis lingkungan dan kondisi, *self efikasi* dan *reaching out*.

Regulasi emosi, regulasi emosi merupakan hal yang dapat membangun resiliensi akademik santri tingkat tiga Aliyah dalam menghadapi setiap peran yang dijalankan secara bersamaan. Regulasi emosi yang dilakukan oleh santri tingkat tiga Aliyah dibangun oleh dua hal. Pertama, melalui kesadaran santri terhadap kondisi emosi dan pikiran. Kedua, melalui kesadaran santri terhadap kondisi emosi, pikiran dan fisiknya. Kemudian dari dua hal tersebut terdapat emosi negatif dan positif yang dirasakan oleh santri, dampak yang santri dapatkan dari kegiatannya yang padat, dan cara santri dalam mengelola rasa lelah saat menjalani tiga peran secara bersamaan. Regulasi emosi merupakan kemampuan dalam mengatur emosi positif maupun negatif secara otomatis bekerja terus menerus sepanjang waktu (Putri, 2023). Regulasi emosi yang dimiliki oleh santri dapat mempengaruhi resiliensi akademik, semakin tinggi regulasi

emosi yang dimiliki semakin tinggi pula resiliensi akademiknya, karena regulasi emosi dapat membantu dalam menghadapi tantangan atau kesulitan yang dihadapi (Ramadhana & Indrawati, 2019).

*Impuls Control*, dalam temuan ini didapati adanya kemampuan pemecahan masalah yang dimiliki oleh ketiga informan saat menjalani peran sebagai santri, pelajar dan mahasiswa baru. Kemampuan yang dimiliki oleh ketiga informan dalam menghadapi setiap permasalahan yang dihadapi selama proses pembelajaran sebagai santri yang memiliki tiga peran menjadikan informan sebagai individu yang mampu mengendalikan tekanan dan mampu berjuang dalam menuntut ilmu di Pondok Pesantren. Menurut Reivich, K., & Shatte (2002) kontrol terhadap impuls merupakan kemampuan seseorang dalam mengendalikan dorongan, keinginan, dan tekanan yang muncul pada dirinya dan membawanya kedalam kemampuan berpikir jernih dan tepat hal tersebut sebagai salah satu faktor yang dapat meningkatkan resiliensi akademik. Hal yang dilakukan oleh ketiga informan dalam mengendalikan tekanan saat menjalani tiga peran secara bersamaan dengan cara berbagi cerita kepada teman untuk meringankan tekanan yang dialami serta melakukan kegiatan-kegiatan yang positif. Kemampuan memecahkan masalah yang dimiliki oleh informan sesuai dengan aspek resiliensi akademik yang pertama yakni ketekunan (*perseverance*) sikap pantang menyerah, mampu bekerja keras dan berusaha, berpegang pada rencana dan tujuan, menerima dan memanfaatkan umpan balik, mampu memecahkan masalah secara imajinatif dan melihat masalah sebagai peluang, mampu berkembang dalam tantangan (Cassidy, 2016).

*Optimis*, dalam temuan ini didapati adanya keyakinan yang dimiliki oleh ketiga informan dalam menghadapi berbagai tantangan dan kesulitan saat proses pembelajaran sebagai santri yang memiliki tiga peran. Optimisme yang dimiliki individu dapat memberikan manfaat untuk terus berusaha keras, bertentangan dengan keyakinan negatif yang dapat membawa pada rasa lemah dan ketidakmampuan (Southwick, S. M., & Charney, 2018). Menurut Mahasin (2022) optimisme serta resiliensi memiliki peranan bagi keberhasilan individu dalam menjalani kehidupan, termasuk dalam menjalani kehidupan sebagai santri yang memiliki tiga peran. Optimisme yang dimiliki oleh ketiga informan tidak terlepas dari dukungan sosial seperti adanya support dari teman terdekat seperti memberikan semangat satu sama lain, keluarga serta terdapat motivasi internal dan eksternal yang berpengaruh terhadap keyakinan informan dalam menjalani kehidupan sebagai santri yang memiliki tiga peran. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sabouripour & Roslan (2015) menyatakan bahwa optimisme dan dukungan sosial merupakan dua faktor yang mempengaruhi tingkat resiliensi akademik dalam diri seseorang. *Optimisme* yang dimiliki oleh ketiga informan sejalan dengan aspek resiliensi akademik yang dikemukakan oleh Cassidy (2016) yakni adanya ketekunan (*perseverance*) kemampuan untuk tidak mudah menyerah ditengah kesulitan akibat adanya tuntutan akademik dan adanya kemampuan untuk mencari dukungan dan dorongan (*Reflecting and adaptive help seeking*).

*Causal Analysis*, dalam temuan ini didapati adanya kemampuan menganalisis permasalahan terhadap program yang dibentuk oleh Pondok Pesantren dimana santri kelas tiga Aliyah diwajibkan untuk melaksanakan perkuliahan. Ketiga informan menilai bahwa tiga peran

yang dijalankan secara bersamaan sangat tidak efektif karena padatnya kegiatan membuat fokus belajar santri terbagi, waktu istirahat menjadi berkurang dan berpengaruh pada kondisi fisik yang mudah lelah dan seharusnya tiga Aliyah hanya fokus sebagai santri dan pelajar tingkat akhir. Menurut Reivich, K., & Shatte (2002) kemampuan menganalisis masalah (*Causal Analysis*) merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan resiliensi akademik. Adanya kemampuan untuk mengidentifikasi penyebab masalah dapat membantu santri yang memiliki tiga peran dalam mencari solusi atas permasalahan-permasalahan selama proses pembelajaran sebagai santri yang memiliki tiga peran seperti yang dikemukakan oleh (Khadijah et al., 2021) individu yang resiliensi adalah memiliki kemampuan untuk bangkit Kembali dan mencoba mencari solusi untuk memecahkan masalah dari kondisi yang membuatnya tertekan.

*Reaching out*, dalam temuan ini peneliti didapati bahwa tiga peran yang dimiliki oleh informan dapat menciptakan nilai-nilai positif terhadap diri sendiri dan pondok pesantren yang dapat membentuk pribadi yang lebih disiplin dan bertanggung jawab pada setiap peran yang dijalankan, seperti belajar untuk manajemen waktu, disiplin waktu, membentuk pribadi yang lebih dewasa serta dapat menambah wawasan pengetahuan dan dapat mengenal potensi diri. Hal ini sejalan dengan yang dikatakan Cassidy (2016) bahwa informan mampu menerima dan melihat masalah sebagai peluang seperti kesulitan atau permasalahan yang dimiliki oleh informan ketika menjalankan peran sebagai santri, siswa kelas tiga Aliyah dan mahasiswa baru tidak dianggap sebagai sebuah permasalahan akan tetapi informan menjadikan hal tiga peran tersebut sebagai nilai positif yang dapat membentuk pribadi yang lebih disiplin dan bertanggung jawab.

*Self efikasi*, keyakinan yang dimiliki individu untuk mengatur dan melakukan semua hal yang dibutuhkan untuk menyelesaikan setiap tugas (Putri & Prasetyaningrum, 2023). Adanya kemampuan efikasi diri yang dimiliki individu juga disertai dengan performa dan resiliensi akademik yang lebih tinggi (Hernández et al., 2019). Santri yang memiliki efikasi diri yang baik menunjukkan bahwa dirinya mampu untuk menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapinya yang berhubungan dengan kegiatan akademik (Salim & Fakhurrozi, 2020). Self efikasi yang dimiliki informan dipengaruhi oleh motivasi eksternal seperti adanya dukungan dari keluarga dan motto hidup yang menjadi acuan dalam menjalani kehidupan di Pondok Pesantren sebagai santri yang memiliki tiga peran. Efikasi diri pada santri tingkat tiga Aliyah ditunjukkan dengan kemampuan santri dalam menjalankan tiga peran secara bersamaan dan usaha-usaha yang dilakukan santri seperti aktif dalam mengikuti kegiatan baik di sekolah maupun di Pondok Pesantren. keluarga menjadi salah satu faktor yang dapat membentuk resiliensi akademik salah satunya adalah dukungan orang tua dengan terlibat dalam Pendidikan anak (Pratiwi & Kumalasari, 2021).

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menyimpulkan bahwa tiga peran yang dijalankan oleh informan tidak menghambat ketiga informan dalam menuntut ilmu sebagai santri yang memiliki tiga peran, ketiga peran tersebut dapat menciptakan nilai-nilai positif dalam diri informan hal tersebut terbentuk karena adanya resiliensi akademik sehingga informan mampu

menghadapi segala tantangan dan kesulitan selama proses pembelajaran sebagai santri yang memiliki tiga peran. Resiliensi akademik yang dimiliki oleh informan dibangun oleh enam hal. Pertama, terdapat kemampuan santri dalam meregulasi emosi. Kedua, terdapat kemampuan dalam mengendalikan dorongan atau tekanan dalam diri. Ketiga, terdapat perasaan optimis yang dapat membantu selama proses pembelajaran sebagai santri yang memiliki tiga peran. Keempat, kemampuan menganalisis lingkungan dan kondisi terhadap program yang dijalankan oleh santri tingkat tiga aliyah. Kelima, terdapat kemampuan untuk meningkatkan nilai-nilai positif yang ada dalam diri. Keenam, Efikasi diri. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti dengan lebih dari satu variabel seperti dukungan sosial, optimisme dan self efikasi. Sehingga, dapat memperdalam fenomena resiliensi akademik terhadap santri yang memiliki tiga peran.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Peneliti ucapkan terimakasih kepada Allah SWT yang telah memberikan kemudahan selama proses penelitian, dan juga sangat berterimakasih kepada kedua orang tua, sahabat, informan serta semua pihak yang sudah memberikan bantuan, semangat dan doa restunya kepada peneliti. Serta banyak mengucapkan rasa terimakasih kepada dosen pembimbing yang telah membantu untuk kelancaran penelitian sampai selesai dan terakhir peneliti ucapkan terimakasih kepada jurnal Consulenza yang telah membantu menelaah naskah untuk diterbitkan pada Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers in Psychology, 7*(NOV), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>
- Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika, 21*(1), 33–54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>
- Gamble, B., & Crouse, D. (2020). *Strategies for Supporting and Building Student Resilience in Canadian Secondary and Post-Secondary Educational Institutions, 2*(2), 70–76. <https://doi.org/10.28991/SciMedJ-2020-0202-4>
- Hasanah, H. (2017). TEKNIK-TEKNIK OBSERVASI (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-ilmu Sosial). *At-Taqaddum, 8*(1), 21. <https://doi.org/10.21580/at.v8i1.1163>
- Hasanah, M. (2018). Hubungan antara religiusitas dengan resiliensi santri penghafal al-qur'an di pondok pesantren. *Proceeding National Conference Psikologi UMG, 84–94*.
- Hendriani, W. (2018). *RESILIENSI PSIKOLOGIS Sebuah pengantar*. PRANADAMEDIA GROUP.
- Hendriani, W., Psikologi, F., & Airlangga, U. (2017). *Adaptasi positif pada resiliensi akademik mahasiswa doctoral, 14*(2), 139–149.
- Hernández, A. L., Escobar, S. G., Fuentes, N. I. G. A. L., & Eguiarte, B. E. B. (2019). Stress, self-efficacy, academic achievement and resilience in emerging adults. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology, 17*(47), 129–148. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v17i47.2226>
- Hidayat, M. (2017). Model Komunikasi Kyai Dengan Santri di Pesantren. *Jurnal ASPIKOM, 2*(6), 385. <https://doi.org/10.24329/aspikom.v2i6.89>
- Husnussaadah. (2020). Upaya Pondok Pesantren dalam Meningkatkan Mutu Akademik dan Non-Akademik Pendidikan Islam. *Jurnal El-Idarah, 5*(1), 5–19. <http://journal.parahikma.ac.id/el->

- idarah/article/view/255
- Kaelan. (2012). *METODE PENELITIAN KUALITATIF INTERDISIPLINER*. PARADIGMA YOGYAKARTA.
- Kahija, La, A. (2018). Mengajar Sembari Belajar: Sebuah Interpretative Phenomenological Analysis tentang Pengalaman Pengajar Muda Gerakan Indonesia Mengajar. *Jurnal Empati, Agustus, 7*(3), 186–198. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2018.21849>
- Khadijah, K., Maharani, & Khasanah, M. F. (2021). Resiliensi Akademik Mahasiswa terhadap Pembelajaran Daring. *Educational Guidance and Counseling Development Journal P-ISSN, 4*(2), 66–72. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24014/egcdj.v4i2.14373>
- Mahasin. (2022). Hubungan Antara Optimisme dan Resiliensi pada Santri Penghafal Al-Qur ' an Smp Al-Ihsan Jakarta. *Jurnal Psikologi, 2011*, 127–145. <http://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/view/3160>
- Pratiwi, Z. R., & Kumalasari, D. (2021). Dukungan Orang Tua dan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa. *Analitika, 13*(2), 138–147. <https://doi.org/10.31289/analitika.v13i2.5482>
- Putri, A., Darmayanti, N., & Menanti, A. (2023). Pengaruh Regulasi emosi dan dukungan sosial keluarga terhadap resiliensi akademik siswa. *JIVA: Journal of Behavior and Mental Health , 4*(1), 21–31. <https://journal.iain-manado.ac.id/index.php/JIVA/index>
- Putri, H. A. K., & Prasetyaningrum, S. (2023). Dampak efikasi diri akademik terhadap keterlibatan siswa pada remaja. *Cognicia, 11*(2), 99–105. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v11i2.28486>
- Putri, U. (2017). *Hubungan Tawakal dan Resiliensi pada Santri Remaja Penghafal Al-Qur'an di Yogyakarta. 4*(1), 77–87. <http://www.jpi.api-himpri.org/index.php/jpi/article/view/40>
- Ramadhana, N. S., & Indrawati, E. (2019). Kecerdasan Adversitas dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Resiliensi Akademik Siswa SMP X Jakarta Timur. *Ikraith-Humaniora, 3*(2), 39–45. <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/436>
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway Books.
- Sabouripour, F., & Roslan, S. B. (2015). Resilience, optimism and social support among international students. *Asian Social Science, 11*(15), 159–170. <https://doi.org/10.5539/ass.v11n15p159>
- Salim, F., & Fakhurrozi, M. (2020). Academic Self-Efficacy and Resilience on Undergraduate Students. *Jurnal Psikologi, 16 No 2*, 175–187. <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/9718/pdf>
- Sari, Paundra, Indrawati, E. (2016). *Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir jurusan x fakultas teknik universitas diponegoro. 5*(April), 177–182.
- Southwick, S. M., & Charney, D. S. (2018). *Resilience: The Science of Mastering Life's Greatest Challenges*. Cambridge University Press.
- Stoffel, J. M., & Cain, J. (2018). *Review of Grit and Resilience Literature within Health Professions Education. 82*(2). <https://doi.org/10.5688/ajpe6150>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Alfabeta, Bandung.
- Suprpto, S. A. P. (2020). Pengaruh religiusitas terhadap resiliensi pada santri pondok pesantren. *Cognicia, 8*(1), 69–78. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i1.11738>
- Suyanto. (2019). Fenomenologi sebagai metode dalam penelitian pertunjukan teater musikal. *Lakon: Jurnal Pengkajian & Penciptaan Wayang, XVI*(1), 26–32 <https://doi.org/https://doi.org/10.33153/lakon.v16i1.3154>