

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN PROBLEM FOCUSED COPING
DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA SANTRI TAHFIDZUL QUR'AN PONDOK
PESANTREN AL MUBAROK MRANGGEN DEMAK**
**RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND PROBLEM FOCUSED COPING
WITH PERSONAL ADJUSTMENT AMONG SANTRI TAHFIDZUL QUR'AN OF
PONDOK PESANTREN AL MUBAROK MRANGGEN DEMAK**

Uyun Nur Faza⁽¹⁾, Rohmatun⁽²⁾

Universitas Islam Sultan Agung Semarang

uyunnurfaza97@std.unissula.ac.id⁽¹⁾, rohmatun@unissula.ac.id⁽²⁾

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan *problem focused coping* dengan penyesuaian diri pada santri *tahfidzul Qur'an* Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak. Populasi dalam penelitian ini yaitu santri *tahfidzul Qur'an* Pondok Pesantren Al Mubarak dengan sampel sejumlah 65 responden dan menggunakan metode penelitian kuantitatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan *sampling* jenuh. Alat ukur dalam penelitian ini terdiri dari tiga skala yaitu skala penyesuaian diri dengan koefisien reliabilitas 0,805, skala dukungan sosial dengan koefisien reliabilitas 0,933 dan skala *problem focused coping* dengan koefisien reliabilitas 0,889. Uji hipotesis pertama dengan teknik regresi berganda memperoleh hasil $R=0,827$ dan $F_{hitung}=75,679$ dengan signifikansi 0,000 ($p<0,01$), artinya ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan *problem focused coping* dengan penyesuaian diri pada santri *tahfidzul Qur'an* Pondok Pesantren Al Mubarak. Dukungan sosial dan *problem focused coping* secara bersama-sama memberikan sumbangan efektif sebesar 68,4%. Hipotesis kedua dengan korelasi parsial memperoleh nilai $r_{x_1y}=0,406$ dengan signifikansi 0,000 ($p<0,01$), artinya ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada santri *tahfidzul Qur'an* Pondok Pesantren Al Mubarak. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis kedua diterima. Hipotesis ketiga dengan korelasi parsial memperoleh nilai $r_{x_2y}=0,451$ dengan signifikansi 0,000 ($p<0,01$), artinya ada hubungan positif antara *problem focused coping* dengan penyesuaian diri pada santri *tahfidzul Qur'an* Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis ketiga diterima.

Kata Kunci : Penyesuaian diri, dukungan sosial, *problem focused coping*, santri *tahfidzul Qur'an*

Abstract : This study aimed to examine the relationship between social support and *problem focused coping* with personal adjustment among the santri *Tahfidzul Qur'an* of Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak. The population in this study was *Tahfidzul Qur'an* students of Pondok Pesantren Al Mubarak with a sample of 65 respondents and used quantitative research method. The sampling technique used saturated sampling method. The measuring instrument in this study consisted of three scales, the personal adjustment scale with a reliability coefficient of 0.805, social support scale with a reliability coefficient of 0.933 and *problem focused coping* scale with a reliability coefficient of 0.889. The first hypothesis with multiple regression showed that the value of $R=0.827$ and $F=75.679$ with significance of 0.000 ($p<0.01$), meaning that there was a significant relationship between social support and *problem focused coping* to personal adjustment among the santri *Tahfidzul Qur'an* of Pondok Pesantren Al Mubarak. Social support and *problem focused coping* together give an effective contribution of 68.4%. The second hypothesis with partial test showed the value of $r_{x_1y}=0.406$ with a significance of 0.000 ($p<0.01$), meaning that there was a relationship between social support and personal adjustment at santri *Tahfidzul Qur'an* of Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak. The result showed that the second hypothesis was accepted. The third hypothesis with partial test showed the value of $r_{x_2y}=0.451$ with a significance of 0.000 ($p<0.01$), which means that there was a relationship between *problem focused coping* and personal adjustment among the santri *Tahfidzul Qur'an* of Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak. The result showed that the third hypothesis was accepted.

Keywords : personal adjustment, social support, *problem focused coping*, santri *Tahfidzul Qur'an*

PENDAHULUAN

Sistem pendidikan di Indonesia yang tertuang dalam Undang-undang No 20 tahun 2003 yaitu ditempuh melalui 3 jalur, yakni formal, non formal dan informal. Pendidikan formal yaitu sistem pendidikan yang berjenjang dan tersruktur yang seperti SD, SMP, SMA sederajat. Sementara pendidikan non formal merupakan wadah yang disediakan bagi masyarakat yang tidak sempat menyelesaikan atau mengikuti pendidikan formal, contohnya adalah pondok pesantren. Adapun yang disebut pendidikan informal merupakan pendidikan yang lebih spesifik diterapkan dalam sistem keluarga, seperti pemahaman iman, moral dan psikis (Bafadhol, 2017; Nulhakim, 2012).

Pesantren dalam perjalanannya mengembangkan keilmuan agama telah menerapkan beberapa sistem pembelajaran, diantaranya : bandongan, sorogan, halaqoh, tahfizul qur'an, muzakarah. Adapun fokus penelitian ini mengarah pada pondok pesantren yang menerapkan program tahfizul qur'an dalam pengajarannya (Faridah, 2019).

Madjid (Zulfiqar Bin Tahir, 2015) menjelaskan asal kata santri yaitu 'cantrik' yang dalam bahasa Jawa diartikan sebagai orang yang tinggal menetap bersama seorang guru untuk mendalami ilmu agama Islam. Sedangkan menurut sansekerta, asal kata santri yaitu dari kata 'Shastri' yang memiliki arti *melek huruf*, yang bisa diartikan literasi baca tulis Al Qur'an. Dari pemaparan definisi di atas, dapat dipahami bahwa santri Tahfizul Qur'an adalah orang yang menetap di dalam pesantren dalam jangka waktu tertentu untuk menyelesaikan proses menghafal Al Qur'an secara sempurna.

Proses menghafal Al Qur'an bukan satu pekerjaan yang mudah, mengingat tidak sedikitnya isi keseluruhan dari Al Qur'an yang berjumlah 30 juz, 114 surat, 6.236 ayat, 77.439 kata dan 323.015 huruf yang berbahasa asing (*arab*). Menghafal Al Qur'an juga bukanlah sebuah tugas yang hanya mengandalkan kekuatan ingatan saat menghafalkannya saja, melainkan merupakan sebuah proses yang sangat panjang yang harus dijalani seseorang setelah Al Qur'an telah sempurna dihafal secara kuantitas yaitu kewajiban untuk menjaganya sepanjang hidup (Subandi, 2010). Tentunya,

proses panjang ini sangat memerlukan niat, tekad, usaha, kesabaran, kesiapan lahir batin dan ketrampilan menyelesaikan permasalahan-permasalahan hidup karena setiap individu akan menghadapi banyak problematika hidup yang sangat beragam (Sirjani & Khaliq, 2007)

Temuan penelitian Toyibah (2017) menyebutkan bahwa masalah yang dialami santri penghafal Al Qur'an berasal dari faktor internal seperti manajemen waktu, kesulitan untuk adaptasi dengan lingkungan baru, kesulitan di dalam menghafal, mudah lupa, munculnya rasa malas dan jenuh serta faktor eksternal seperti konflik dengan teman, padatnya kegiatan dan sebagainya.

Haber & Runyon (Saputro & Sugiarti, 2021) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai proses dinamis yang dilakukan secara alami oleh setiap individu untuk mencocokkan diri dengan situasi atau keadaan yang datang silih berganti. Schneider (1960) mengemukakan bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh kondisi fisik/jasmani, kematangan kecerdasan sosial, emosional dan moral, lingkungan, determinan psikologis, budaya serta religi.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada beberapa santri menunjukkan bahwa masalah yang banyak terjadi pada santri yang baru memasuki tahun pertama dan kedua adalah berkaitan dengan proses penyesuaian diri. Proses penyesuaian tersebut mencakup baik adaptasi terhadap tugas-tugas di pondok, adaptasi terhadap manajemen waktu, serta adaptasi terhadap lingkungan pertemanan.

Penyesuaian diri menurut Schneider (1960) dipengaruhi oleh kondisi fisik/jasmani, kematangan kecerdasan sosial, emosional dan moral, determinan psikologis, lingkungan (teman sebaya, keluarga, dan masyarakat), budaya serta religi. Hasil temuan dalam penelitian Rahma (2011) menyebutkan ada pengaruh signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada remaja panti asuhan. Semakin lingkungan merespon positif dan mendukung remaja panti, maka penyesuaian dirinya juga akan semakin baik. Ini menunjukkan bahwa dukungan dari lingkungan pesantren memiliki andil besar dan penting dalam membantu para santri dalam beradaptasi dengan kehidupan barunya di dalam pesantren.

Santri yang mendapatkan dukungan sosial dengan baik akan memiliki penyesuaian diri yang baik pula. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan Friedlander (2007) bahwa dukungan sosial dari teman sebaya dapat mempengaruhi penyesuaian diri pada setiap individu. Kemudian, dalam penelitian Rueger dkk (2010) ditemukan hasil bahwa dukungan yang bersumber dari teman maupun keluarga memiliki pengaruh signifikan terhadap penyesuaian akademik pada siswa SMP.

Dukungan sosial didefinisikan oleh Cohen & Syme (1985) sebagai dukungan yang bersumber dari orang lain yang mampu mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Goldberger & Breznitz (Apollo & Cahyadi, 2012) menyebutkan dukungan sosial dapat diperoleh dari orang tua, pendamping hidup, anak, saudara, kerabat dekat, sahabat, kolega, dan orang lain yang memiliki pengaruh/kedekatan terhadap individu.

Selain dukungan sosial, penyesuaian diri juga dipengaruhi oleh kemampuan *problem focused coping*. Hasil penelitian Semaraputri & Rustika (2018) menunjukkan tingginya penyesuaian diri remaja akhir yang aktif dalam organisasi mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Udayana dipengaruhi oleh tingginya *problem focused coping* dan konsep diri.

Lazarus dan Folkman mendefinisikan *problem focused coping* sebagai salah satu strategi *coping* yang dilakukan dengan cara mengambil tindakan untuk menyelesaikan masalah secara langsung. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Tuasikal & Retnowati (2019) kepada mahasiswa baru di kota Yogyakarta, menemukan bahwa *problem focused coping* memiliki korelasi negatif terhadap depresi. Itu artinya, strategi ini berhasil membantu individu untuk mengurangi *stressor* dengan melakukan bentuk usaha-usaha yang positif. Didukung penelitian Haryono (2020) menemukan hasil bahwa penggunaan strategi *problem focused coping* terbukti lebih efektif untuk mengurangi kelelahan fisik dan psikis akibat *stressor* yang muncul.

Penelitian tentang penyesuaian diri sebelumnya pernah dilakukan oleh Semaraputri & Rustika (2018) yang berjudul “Peran *problem focused coping* dan konsep diri terhadap penyesuaian diri pada remaja akhir yang menjadi

pengurus organisasi kemahasiswaan di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana” memberikan hasil bahwa adanya hubungan yang positif antara *problem focused coping* dan konsep diri terhadap penyesuaian diri. Selain itu, Ekanita & Putri (2019) juga meneliti tentang penyesuaian diri dengan judul “Dukungan sosial dengan penyesuaian diri santriwati kelas VII madrasah tsanawiyah (MTS) pondok pesantren di sukoharjo” menunjukkan hasil bahwa variabel dukungan sosial memberikan sumbangan efektif terhadap penyesuaian diri sebesar 35,4 %, sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor yang lain.

Variabel bebas dan populasi dalam penelitian ini menjadi pembeda dari penelitian sebelumnya, yaitu menggunakan dukungan sosial dan *problem focused coping*. Adapun populasinya yaitu santri *Tahfidzul Qur'an* Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak yang baru memasuki tahun pertama dan tahun kedua menyantri.

METODE

Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel dapat diartikan sebagai suatu sifat, atribut, objek, atau seseorang yang memiliki variasi antara satu objek dengan objek lainnya atau satu orang dengan orang lainnya yang ditetapkan oleh peneliti sehingga dapat dipelajari dan ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2019). Variabel-variabel yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah :

Variabel Tergantung (Y) : Penyesuaian diri

Variabel Bebas I (X1) : Dukungan sosial

Variabel Bebas II (X2) : *Problem focused coping*

Partisipan Penelitian

Subjek penelitian ini yaitu santri *tahfidzul Qur'an* Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak yang baru memasuki tahun pertama di pondok pesantren., dengan jumlah sebanyak 73 santri. Teknik pengambilan sampel penelitian ini adalah *sampling* jenuh.

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang dipakai dalam penelitian ini yaitu menggunakan skala. Skala yang digunakan yaitu skala penyesuaian diri yang disusun sendiri oleh peneliti, skala adaptasi dukungan sosial dan skala *problem focused coping* yang disusun

sendiri oleh peneliti. Skala tersebut memuat aitem-aitem berupa pernyataan deksriptif yang di dalamnya terdapat aitem *favourable* dan *unfavourable* disertai empat tingkatan jawaban yakni sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS).

Skala Penyesuaian Diri

Skala penyesuaian diri digunakan untuk mengukur tingkat penyesuaian diri pada santri *tahfidzul Qur'an* Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak. Penyusunan skala penyesuaian diri disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan teori Schneiders yang memuat aspek-aspek penyesuaian diri. Aspek tersebut meliputi adaptasi, konformitas, penguasaan dan variasi individu. Skala penyesuaian diri berjumlah 27 aitem yang terdiri dari aitem *favorable* dan aitem *unfavorable*. Berdasarkan uji estimasi reliabilitas alat ukur yang digunakan pada skala penyesuaian diri terhadap 27 aitem dengan menggunakan teknik analisis Alpha Cronbach diperoleh koefisien reliabilitas alpha sebesar 0,779. Uji daya beda yang dilakukan terhadap 27 aitem memperoleh 18 aitem dengan daya beda tinggi dan 9 aitem memperoleh daya beda rendah. Pengujian alat ukur penelitian menggunakan koefisien korelasi ≥ 0.25 untuk menyesuaikan jumlah yang diinginkan oleh peneliti. Indeks daya beda aitem tinggi pada skala penyesuaian diri berada di rentang angka 0.271 hingga 0.618.

Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala adaptasi yang memuat sumber dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, pengasuh pondok, dan pengurus pondok. Berdasarkan uji estimasi reliabilitas alat ukur yang digunakan pada skala dukungan sosial terhadap 45 aitem dengan menggunakan teknik analisis Alpha Cronbach diperoleh koefisien reliabilitas alpha sebesar 0,933. Uji daya beda yang dilakukan terhadap 45 aitem memperoleh 44 aitem dengan daya beda tinggi dan 1 aitem memperoleh daya beda rendah. Pengujian alat ukur penelitian menggunakan koefisien korelasi ≥ 0.25 untuk menyesuaikan jumlah yang

diinginkan oleh peneliti. Indeks daya beda aitem tinggi pada skala dukungan sosial berada di rentang angka 0.254 hingga 0.745.

Skala *Problem Focused Coping*

Skala *problem focused coping* digunakan untuk mengukur tingkat *problem focused coping* pada santri *tahfidzul Qur'an* Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak. Penyusunan skala dukungan sosial disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan pada aspek-aspek yang dinyatakan oleh Sarafino dan Smith, yaitu meliputi dukungan emosional/penghargaan, dukungan nyata atau instrumental, dukungan informasi serta dukungan persahabatan. Skala *problem focused coping* berjumlah 24 aitem yang terdiri dari aitem *favorable* dan aitem *unfavorable*. Penyusunan skala ini mengacu pada aspek-aspek yang dipaparkan Lazarus & Folkman, meliputi *seeking informational support*, *confrontative coping*, dan *planful problem solving*. Berdasarkan uji estimasi reliabilitas alat ukur yang digunakan pada skala *problem focused coping* terhadap 24 aitem dengan menggunakan teknik analisis Alpha Cronbach diperoleh koefisien reliabilitas alpha sebesar 0,841. Uji daya beda yang dilakukan terhadap 24 aitem memperoleh 20 aitem dengan daya beda tinggi dan 4 aitem memperoleh daya beda rendah. Pengujian alat ukur penelitian menggunakan koefisien korelasi ≥ 0.25 untuk menyesuaikan jumlah yang diinginkan oleh peneliti. Indeks daya beda aitem tinggi pada skala *problem focused coping* berada di rentang angka 0.312 hingga 0.715.

Metode Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat tiga variabel yaitu dukungan sosial dan *problem focused coping* sebagai variabel bebas dan penyesuaian diri sebagai variabel tergantung. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan analisis regresi berganda dan korelasi parsial. Tahapan penelitian ini yaitu; (1) Menentukan sampel penelitian (2) Menyusun instrumen penelitian yaitu skala dukungan sosial, *problem focused coping* dan penyesuaian diri (3) Melakukan uji validitas dan reabilitas instrumen penelitian; (4) pengambilan data penelitian menggunakan skala dalam bentuk tulisan (*paper and pencil*) yang

dibagikan secara insidental terhadap responden yang ditemui oleh peneliti; (5) Langkah selanjutnya adalah melakukan analisis data yang dilakukan dengan bantuan SPSS versi 24

HASIL

Uji Asumsi

Hasil Uji Normalitas

Berdasarkan uji normalitas yang telah dilakukan, diperoleh hasil untuk variabel penyesuaian diri mempunyai nilai Kolmogrov Smirnov Z sebesar 0,095 dan nilai signifikansi sebesar 0,200 ($p > 0,05$) yang berarti variabel tersebut normal. Untuk variabel dukungan sosial mempunyai nilai Kolmogrov Smirnov Z sebesar 0,063 dan nilai signifikansi sebesar 0,200 ($p > 0,05$) yang berarti variabel tersebut normal. Sementara untuk variabel *problem focused coping* mempunyai nilai Kolmogrov Smirnov Z sebesar 0,126 dan nilai signifikansi sebesar 0,012 ($p < 0,05$) yang berarti variabel tersebut tidak normal.

Hasil Uji Linieritas

Hasil uji linier yang dilakukan antara variabel dukungan sosial dengan penyesuaian diri diperoleh F linier sebesar 107.765 dengan taraf signifikansi $p=0,000$ ($p < 0,01$). Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial dengan penyesuaian diri memiliki hubungan yang linier. Sedangkan hasil dari uji linieritas antara variabel *problem focused coping* dengan penyesuaian diri diperoleh F linier sebesar 116.532 dengan taraf signifikansi $p=0,000$ ($p < 0,01$). Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel *problem focused coping* dengan penyesuaian diri memiliki hubungan yang linier.

Hasil Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas dalam sebuah penelitian digunakan untuk mengetahui ada tidaknya korelasi antar variabel bebas dalam suatu model regresi. Pengujian multikolinieritas dapat menggunakan teknik regresi dan apabila diperoleh hasil nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) < 10 dan nilai toleransi $> 0,1$, maka menunjukkan bahwa tidak ada multikolinieritas antar variabel bebas (Priyatno, 2016). Hasil uji multikolinieritas pada penelitian ini menunjukkan bahwa skor *tolerance* = 0,374

yang artinya $> 0,1$ dan skor VIF = 2,674 yang artinya < 10 . Hasil tersebut mengindikasikan bahwa tidak muncul gejala multikolinieritas pada kedua variabel bebas.

Uji Hipotesis

Hasil uji hipotesis pertama didapatkan R sebesar 0,827 dan F hitung sebesar 75,679 dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,01$). Kesimpulan dari hasil tersebut yaitu terdapat hubungan antara dukungan sosial dan *problem focused coping* dengan penyesuaian diri pada santri tahfidzul Qur'an Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak. Hasil uji hipotesis kedua didapatkan $r_{x,y}$ yaitu 0,406 $p=0,001$ ($p < 0,01$) yang artinya terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada santri *Tahfidzul Qur'an* Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak. Hasil uji hipotesis ketiga didapatkan $r_{x,y}$ yaitu 0,451 $p=0,000$ ($p < 0,01$) yang artinya ada hubungan antara *problem focused coping* dengan penyesuaian diri pada santri *Tahfidzul Qur'an* Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak.

Deskripsi Hasil Penelitian

Terdapat 18 aitem dengan indeks diskriminasi tinggi pada variabel penyesuaian diri dan setiap aitem diberikan rentangan nilai 1 sampai 4. Berdasarkan rentangan nilai tersebut, diperoleh skor standar deviasi sejumlah 9, dan skor *mean* hipotetik 45, sehingga diperoleh kategorisasi penyesuaian diri sebagai berikut.

Tabel 1. Kategorisasi Skor Subjek pada Skala Penyesuaian Diri

Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	27	37%
Tinggi	36	49,30%
Sedang	10	13,70%
Rendah	0	0%
Sangat Rendah	0	0%
	73	100%

Adapun variabel dukungan sosial memiliki 44 aitem dengan indeks diskriminasi tinggi dan

setiap aitem diberikan rentangan nilai 1 sampai 4. Berdasarkan rentangan nilai tersebut, diperoleh skor standar deviasi sejumlah 22, dan skor *mean* hipotetik 110, sehingga diperoleh kategorisasi dukungan sosial sebagai berikut

Tabel 2. Kategorisasi Skor Subjek pada Skala Dukungan Sosial

Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	33	45,20%
Tinggi	34	46,60%
Sedang	6	8,20%
Rendah	0	0%
Sangat Rendah	0	0%
	73	100%

Adapun variabel *problem focused coping* memiliki 20 aitem dengan indeks diskriminasi tinggi dan setiap aitem diberikan rentangan nilai 1 sampai 4. Berdasarkan rentangan nilai tersebut, diperoleh skor standar deviasi sejumlah 10, dan skor *mean* hipotetik 50, sehingga diperoleh kategorisasi *problem focused coping* sebagai berikut

Tabel 3. Kategorisasi Skor Subjek pada Skala *Problem Focused Coping*

Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	22	30,10%
Tinggi	42	57,50%
Sedang	6	8,20%
Rendah	3	4,10%
Sangat Rendah	0	0%
	73	100%

PEMBAHASAN

Penelitian tentang penyesuaian diri telah banyak dilakukan oleh peneliti terdahulu. Pembeda penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah variabel bebas dan populasi yang digunakan dalam penelitian ini. Penelitian ini menggunakan variabel bebas dukungan sosial dan *problem focused*

coping. Adapun populasinya yaitu santri *Tahfidzul Qur'an* Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak yang baru memasuki tahun pertama dan tahun kedua menyantri. Penelitian ini dilaksanakan dengan maksud untuk mengungkap ada tidaknya pengaruh antara dukungan sosial dan *problem focused coping* terhadap penyesuaian diri pada santri *Tahfidzul Qur'an* Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak. Berdasarkan pengujian hipotesis pertama diperoleh hasil adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan *problem focused coping* terhadap penyesuaian diri pada santri *Tahfidzul Qur'an* Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak. Koefisien determinasi untuk dukungan sosial dan *problem focused coping* yaitu sebesar 0,684. Hasil tersebut menunjukkan dukungan sosial dan *problem focused coping* mempengaruhi penyesuaian diri sebesar 68,4 %, sedangkan sisanya sebesar 31,6 % dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian. Hasil penelitian memperkuat penelitian sebelumnya yang dilakukan Saputro & Sugiarti (2021) menemukan hasil temuan dalam penelitian bahwa dukungan sosial yang rendah dan konsep diri yang cenderung negatif menjadi hambatan penyesuaian diri pada remaja. Selain itu, Holahan & Moos (1987) menyatakan bahwa dari beberapa penelitian terkait pengaruh coping terhadap penyesuaian diri, *problem focused coping* memiliki pengaruh lebih signifikan terhadap penyesuaian diri dibandingkan dengan *emotional focused coping*. Hal ini senada dengan wawancara yang dilakukan peneliti kepada santri Pondok Pesantren bahwa masalah yang banyak terjadi pada santri yang baru memasuki tahun pertama dan kedua adalah berkaitan dengan penyesuaian diri. Permasalahan penyesuaian diri yang dialami subjek dalam wawancara ini mayoritas dipengaruhi oleh dukungan dari teman sebaya, orang tua dan juga pengurus pondok pesantren. Selain itu, permasalahan penyesuaian diri yang dialami subjek juga dipengaruhi oleh kemampuan subjek untuk fokus dalam menyelesaikan tugas sehari-hari subjek.

Hipotesis kedua penelitian ini yaitu ada hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada santri *Tahfidzul Qur'an*

Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak. Hasil dari pengujian korelasi parsial antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri didapat nilai $r_{x,y} = 0,406$ dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,01$), artinya ada pengaruh positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Hasil tersebut menunjukkan hipotesis kedua diterima. Sumbangan efektif dukungan sosial terhadap penyesuaian diri yaitu sebesar 31,7%. Hasil penelitian ini memperkuat temuan sebelumnya yang telah dilakukan oleh Friedlander dkk (2007) terhadap mahasiswa *undergraduate* di Universitas Kanada menemukan hasil bahwa mahasiswa yang mempunyai tingkat dukungan sosial yang tinggi cenderung berkurang tingkat stres yang dialami serta dapat menyesuaikan diri dengan lebih baik. Lau, Chan & Lam (2018) juga membuktikan penelitiannya pada mahasiswa tahun pertama di Hongkong yang mendapatkan dukungan sosial lebih banyak dari keluarga maupun teman sebaya memiliki tingkat penyesuaian diri yang lebih baik. Selain itu, Saputro & Sugiarti (2021) menemukan hasil temuan dalam penelitian bahwa dukungan sosial yang cenderung rendah dan konsep diri yang cenderung negatif menjadi hambatan penyesuaian diri pada remaja.

Hipotesis ketiga penelitian ini yaitu ada hubungan antara *problem focused coping* terhadap penyesuaian diri pada santri Tahfidzul Qur'an Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak. Berdasarkan hasil uji korelasi antara *problem focused coping* terhadap penyesuaian diri diperoleh skor $r_{x,y}$ sebesar 0,451 dengan nilai signifikansi = 0,000 ($p < 0,01$) serta sumbangan efektif terhadap penyesuaian diri sebesar 36,7%, ini berarti hipotesis ketiga penelitian ini diterima. Hal ini memberikan hasil terdapat pengaruh *problem focused coping* terhadap penyesuaian diri pada santri tahfidzul Qur'an Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak Sadeghi & Niknam (2015) terhadap siswi kelas X SMA di Iran menemukan hasil adanya pengaruh positif dan signifikan antara ketrampilan *problem focused coping* terhadap kematangan sosial dan penyesuaian diri. Senada dengan hasil penelitian Holahan & Moos (1987) yang menyatakan bahwa dari beberapa penelitian terkait pengaruh coping terhadap penyesuaian diri, *problem focused*

coping memiliki pengaruh lebih signifikan terhadap penyesuaian diri dibanding *emotional focused coping*. Selain itu, Aprillia & Saragih (2020) yang menyebutkan adanya pengaruh positif dan signifikan antara *problem focused coping* dengan penyesuaian diri pada pasangan di periode awal perkawinan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh informasi bahwa variabel dukungan sosial dan *problem focused coping* mempunyai pengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri. Penelitian ini dilakukan di lingkungan sosial pesantren, sehingga kesimpulan yang diambil tentu memiliki implikasi di bidang sosial pada umumnya, dan di lingkungan pesantren khususnya.

Adapun kesimpulan dari penelitian ini yaitu hipotesis pertama diterima, artinya ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan *problem focused coping* terhadap penyesuaian diri pada santri Tahfidzul Qur'an Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak. Hipotesis kedua diterima, artinya ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada santri Tahfidzul Qur'an Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak. Hipotesis ketiga diterima, artinya ada hubungan positif yang signifikan antara *problem focused coping* dengan penyesuaian diri pada santri Tahfidzul Qur'an Pondok Pesantren Al Mubarak Mranggen Demak.

Adapun saran untuk mempertahankan tingkat dukungan sosial yang sudah baik yaitu dengan cara menjaga komunikasi interpersonal dengan teman sebaya, orang tua maupun guru, mencari dukungan informasi dari orang lain. Selain itu, untuk mempertahankan kemampuan *problem focused coping* yang sudah baik yaitu dengan cara menetapkan perencanaan yang matang dalam upaya menyelesaikan tugas sehari-hari. Untuk peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti penyesuaian diri diharapkan mencari faktor-faktor yang lain selain faktor dukungan sosial dan *problem focused coping*, seperti yang diungkapkan Schneiders (1960)

yaitu kondisi fisik/jasmani, kematangan emosional, kecerdasan sosial, lingkungan, determinan psikologis, budaya serta religi sehingga dapat memberikan pembaruan. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat menggunakan subjek yang lebih bervariasi seperti menambah subjek santri laki-laki agar diperoleh dinamika penyesuaian diri yang lebih beragam.

DAFTAR PUSTAKA

- Apollo, & Cahyadi, A. (2012). Konflik peran ganda perempuan menikah yang bekerja ditinjau dari dukungan sosial keluarga dan penyesuaian diri. *Widya Warta*, 02, 230–239.
- Aprillia, E., & Saragih, S. (2020). Hubungan antara problem focus coping dan tipe kepribadian extrovert dalam penyesuaian perkawinan pada pasangan di periode awal perkawinan. *Al Tatwir*, 7(1), 43–54.
- Bafadhol, I. (2017). Lembaga pendidikan islam di indonesia. *Jurnal Edukasi Islami Jurnal Pendidikan Islam*, 06(11), 59–72.
- Cohen, S., & Syme, S. L. (1985). *Social support and health*. London: Academic Press.
- Ekanita, A., & Putri, D. R. (2019). Dukungan sosial dengan penyesuaian diri santriwati kelas VII madrasah tsanawiyah (MTS) pondok pesantren di sukoharjo. *Psikologika Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 24(2), 149–154. <https://doi.org/10.20885/psikologi.vol24.is2.art5>
- Faridah, A. (2019). Pesantren, sejarah dan metode pembelajarannya di indonesia. *Al-Mabsut Jurnal Studi Islam Dan Sosial*, 13(2), 78–90.
- Friedlander, L. J., Reid, G. J., Shupak, N., & Cribbie, R. (2007). Social support, self-esteem, and stress as predictors of adjustment to university among first-year undergraduates. *Journal of College Student Development*, 48(3), 259–274.
- Haryono, B. A. D., & Siswati. (2020). Hubungan antara psychological capital dengan problem focused coping pada guru slb c se-kota semarang. *Jurnal Empati*, 9(4), 287–293.
- Holahan, C. J., & Moos, R. H. (1987). Personal and contextual determinants strategies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(5), 945–955.
- Lau, E. Y. H., Chan, K. K. S., & Lam, C. B. (2018). Social support and adjustment outcomes of first-year university students in hong kong: Self-esteem as a mediator. *Journal of College Student Development*, 59(1), 129–134. <https://doi.org/10.1353/csd.2018.0011>
- Nulhakim, L. (2012). Pengaruh pendidikan formal terhadap eksistensi pesantren salafiah di pesantren an-Nur kecamatan cilawu kabupaten garut. *Jurnal Pendidikan Universitas Garut*, 6(1), 32–51.
- Priyatno, D. (2016). *analisis data, olah data dan penyelesaian kasus-kasus statistik*. MediaKom.
- Rahma, A. N. (2011). Hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 8(2), 231–246.
- Rueger, S. Y., Malecki, C. K., & Demaray, M. K. (2010). Relationship between multiple sources of perceived social support and psychological and academic adjustment in early adolescence: comparisons across gender. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(1), 47–61. <https://doi.org/10.1007/s10964-008-9368-6>
- Sadeghi, H. S., & Niknam, M. (2015). The relationship between coping skills with social maturity and adjustment of female first graders in high school: A case study in Iran. *Asian Social Science*, 11(25), 144–150.
- Saputro, Y. A., & Sugiarti, R. (2021). Dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri terhadap penyesuaian diri pada siswa SMA

kelas X. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 5(1), 59–72.

Schneiders, A. A. (1960). Personal adjustment and mental health. In *Child development and adjustment: Study of child psychology*. Holt Rinehart and Winston.

Semaraputri, S. A. K. T., & Rustika, I. M. (2018). Peran problem focused coping dan konsep diri terhadap penyesuaian diri pada remaja akhir yang menjadi pengurus organisasi kemahasiswaan di fakultas kedokteran universitas udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(01), 35.

Sirjani, R. A., & Khaliq, A. A. (2007). *Cara Cerdas Hafal Al Qur'an* (W. Febriangga (ed.)). Aqwam.

Subandi. (2010). *Psikologi Santri Penghafal Al Qur'an*. Galang Press.

Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D (edisi kedua)*. Bandung : Penerbit ALFABETA.

Toyibah, S. A., Sulianti, A., & Tahrir. (2017). Pengaruh Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an. *Jurnal Psikologi Islam*, 4(2), 191–204.

Tuasikal, A. N. A., & Retnowati, S. (2019). Kematangan emosi, problem-focused coping, emotion-focused coping dan kecenderungan depresi pada mahasiswa tahun pertama. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 4(2), 105–118.

Zulfiqar Bin Tahir, S. (2015). The Attitude of Santri and Ustadz Toward Multilingual Education at Pesantren. *International Journal of Language and Linguistics*, 3(4), 210.
<https://doi.org/10.11648/j.ijll.20150304.13>