



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Konsep *Psychological Well-Being*

##### 2.1.1 Pengertian

Penelitian mengenai *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis pertama kali dilakukan oleh Ryff pada tahun 1989. Menurut Ryff (1989) *psychological well being* atau kesejahteraan psikologis merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif (Harpan, 2015)

Ryff (1996) juga menambahkan bahwa *Psychological Well-Being* merupakan suatu konsep yang berkaitan dengan apa yang dirasakan individu mengenai aktivitas dalam kehidupan sehari-hari serta mengarah pada pengungkapan perasaan pribadi atas apa yang dirasakan oleh individu sebagai hasil dari pengalaman hidupnya.

Kesejahteraan psikologis adalah suatu keadaan saat individu mampu menerima dirinya, memiliki kemandirian pada tekanan dalam hidupnya, mampu membentuk hubungan hangat dengan orang lain, mampu mengontrol lingkungan, memiliki tujuan hidup dan mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu Ryff, 1989 (dalam Prasetyaningrum et al., 2021)

Menurut Aspinwall, kesejahteraan psikologis menggambarkan bagaimana psikologis berfungsi dengan baik dan positif. Selanjutnya menurut Schultz

mendefinisikan kesejahteraan psikologis (*psychological wellbeing*) sebagai fungsi positif individu, dimana fungsi positif individu merupakan arah atau tujuan yang diusahakan untuk dicapai oleh individu yang sehat (Ramadhani et al., 2016)

Menurut Snyder mengatakan kesejahteraan psikologis bukan hanya merupakan ketiadaan penderitaan, namun kesejahteraan psikologis meliputi keterikatan aktif dalam dunia, memahami arti dan tujuan hidup, dan hubungan seseorang dalam obyek ataupun orang lain (Ramadhani et al., 2016)

Maryam (2013) menyatakan kesejahteraan psikologis adalah pencapaian penuh dari potensi psikologi seseorang dan suatu keadaan individu yang dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya. Lebih lanjut Maryam (2013) menjelaskan bahwa individu yang kesejahteraan psikologisnya optimal, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, dan terus tumbuh secara personal (dalam Prasetyaningrum et al., 2021)

Adapun Ismawati (2013) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai kemampuan individu dalam menerima dirinya apa adanya, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mandiri terhadap tekanan sosial, mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidup, serta secara berkelanjutan merealisasikan potensi dirinya (dalam Prasetyaningrum et al., 2021)



### 2.1.2 Dimensi Kesejahteraan Psikologis

Ryff 1989 (dalam Prasetyaningrum et al., 2021) membagi kesejahteraan psikologis menjadi enam dimensi;

- a. Penerimaan diri (*self-acceptance*), yaitu sikap positif dan menerima semua hal yang ada dalam diri individu, baik hal positif maupun hal negatif dan baik dimasa lalu maupun masa sekarang. Individu dengan penerimaan diri yang baik akan puas dalam menjalani kehidupannya. Papalia, dkk., 2008(dalam Tanjung, 2018). Penerimaan diri (*self-acceptance*) Merupakan bagian penting *well-being* dan menitik beratkan pada pendapat seseorang tentang diri sendiri. Dimensi ini bukan seperti *narsistic self-love* dan *superficial self-esteem*, melainkan *self-regard* yang di dalamnya dibangun dengan cakupan aspek-aspek positif dan negatif.
- b. Hubungan positif dengan orang lain (*positive relationship with others*), yang diartikan sebagai kemampuan untuk menjalin hubungan yang baik dengan sekitarnya. Dicirikan dengan hubungan yang hangat dan saling percaya serta sikap peduli dengan kesejahteraan orang lain. Papalia, dkk., 2008 (dalam Tanjung, 2018). Hubungan positif dengan orang lain (*positive relationship with others*) Meliputi keuletan, kesenangan, dan kegembiraan yang di dapatkan dari hubungan dengan orang lain, dengan keakraban dan cinta. Teori – teori tahap perkembangan dewasa juga menekankan hubungan dekat dengan orang lain (*intimacy*) dan bimbingan serta kepedulian orang lain (*generativity*). Pentingnya memiliki hubungan



positif dengan orang lain berulang-ulang di tekankan dalam di tekankan dalam definisi *Psychological Well-Being*.

- c. Otonomi (*autonomy*), adalah kemampuan untuk mengatur hidupnya sendiri, bebas namun memiliki keteraturan hidup tanpa banyak mempertimbangkan penilaian orang lain. Individu dengan otonomi diri mempunyai pendirian yang kuat saat pengambil keputusan yang penting. Papalia, dkk., 2008 (dalam Tanjung, 2018). Otonomi (*autonomy*) Merujuk pada kemampuan seseorang bergerak dengan irama sendiri, dalam mengejar pendirian dan keyalinan pribadi sekalipun harus bertentangan dengan dogma dan kearifan konvensional. *Auotonomy* juga merujuk pada kemampuan untuk sendiri (bilamana perlu) dan hidup secara otonomus . Begitu pula halnya dengan teori *Self-Actualization* atau keinginan untuk berfungsi secara otonom dan dan resisten terhadap enkulturasi. Dalam kajian mengarah ke konsep *A Fully Functioning Persons*, maka orang tersebut adalah seseorang dengan *Frame Asesmen Internal*, tidak tertarik dengan apa yang dipikirkan orang lain mengenai dirinya, melainkan akan mengevaluasi dirinya berdasarkan standar-standar pribadi yang memilikinya sendiri
- d. Penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), adalah kemampuan untuk mengontrol lingkungan sesuai dengan psikis individu. Menciptakan lingkungan yang diinginkan sesuai dengan keadaan dirinya. Individu tidak bergantung dengan lingkungannya untuk mencapai tujuannya. Papalia, dkk., 2008 (dalam Tanjung, 2018) Penguasaan lingkungan





(*environmental mastery*) Merupakan faktor penting *Well-Being* lainnya dan concer dengan tantangan individu untuk menguasai lingkungan sekitarnya. Kemampuan ini memersyaratkan keterampilan membangun dan menopang lingkungan yang menguntungkan dirinya. Kemampuan seseorang untuk menentukan membangun dan menopang lingkungan yang tepat bagi keadaan mentalnya didefinisikan sebagai ciri kesehatan mental. Menurut teori perkembangan rentang hidup, agar seseorang dapat secara adekuat menguasai lingkungannya, perlu kemampuan mengatur dan mengendalikan keadaan sekitarnya, artiny perlu bergerak ke arah maju dan mengubah keadaan melalui tindakan mental dan fisik yang kreatif.

- e. Tujuan hidup (*purpose in life*), meliputi kesadaran dan keyakinan akan tujuan dan arah hidup dan terarah menuju kesana. Mempunyai pemahaman yang jelas mengenai makna hidupnya. Papalia, dkk., 2008 (dalam Tanjung, 2018) . Tujuan hidup (*purpose in life*) Adalah kemampuan seseorang untuk menemukan makna dari arah dari pengalaman-pengalamannya, mengemukakan dan menetapkan tujuan dalam hidupnya Batasan kematangan secara tegas menekankan pengertian tentang tujuan hidup dan adanya *esence of direction* serta *intentionality*. Individu dengan *positif functioning* memiliki tujuan –tujuan, *intention* dan *a sense of direction* yang kesemuanya akan memberikan makna bagi hidupnya .



- f. Pertumbuhan pribadi (*personal growth*), adalah kemampuan untuk terus bertumbuh, mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya, terbuka dengan pengalaman yang dapat mengembangkan potensinya dan sadar akan perkembangan yang sudah diraih. Papalia, dkk., 2008 (dalam Tanjung, 2018). Pertumbuhan pribadi (*personal growth*) Menunjukkan kemampuan seseorang untuk mewujudkan potensi dan bakat yang di miliknya, dan mengembangkan sumber daya – sumber daya baru. Seringkali faktor ini terlihat sebagai kekuatan pribadi manakala berhadapan dengan *adversity*. Faktor ini berhubungan dengan kesediaan untuk membuka diri terhadap pengalaman –pengalaman baru, yang sekaligus yang menjadi ciri utama dari *the fully functioning person*.

Dari uraian diatas maka dapat dipahami bahwa dimensi–dimensi *Psychological Well-Being* adalah *Self Acception, Positive Relation With Other, Autonomy, Envyronmental Mistery, Purpose In Life, Dan Personal Growth*.

### 2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis

Ryff dan Keyes 1995 memaparkan faktor-faktor yang mempengaruhi Psychological Well-Being seseorang yaitu:

- a. Faktor internal
  - 1) Usia

Menurut Ryff & Keyes (1995), usia mempengaruhi perbedaan dalam dimensi-dimensi *Psychological Well-Being*. Aspek-aspek yang



berkaitan dengan penguasaan lingkungan dan otonomi diri seseorang menunjukkan peningkatan seiring pertambahan usia dari kecil hingga dewasa akhir. Sedangkan pada aspek yang berkaitan dengan tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi seseorang semakin menurun sejak usia dewasa muda hingga dewasa akhir (dalam Abarca, 2021).

Ryff (1989) dalam penelitiannya menemukan adanya perbedaan tingkat psychological well-being pada individu dari berbagai kelompok usia. Penelitian Ryff tersebut membagi kelompok usia ke dalam tiga kelompok yaitu dewasa awal (umur 25-29 tahun), dewasa madya (umur 30-64 tahun), serta dewasa akhir (>65 tahun) (Ryff & Keyes, 1995). Penelitian tersebut menjelaskan bahwa individu pada dewasa akhir memiliki skor tinggi pada dimensi *autonomy*, *positive relations with others*, *environmental mastery*, dan *self acceptance*. Sementara mereka memiliki skor rendah pada dimensi *personal growth* dan *purpose in life*. Individu pada dewasa madya memiliki skor tinggi pada dimensi *environmental mastery*, *autonomy*, dan *positive relations with others*. Sementara mereka memiliki skor rendah pada dimensi *personal growth*, *purpose in life*, dan *self acceptance*. Individu pada dewasa awal memiliki skor tinggi pada dimensi *personal growth*, *self acceptance*, dan *purpose in life*. Serta memiliki skor rendah pada dimensi *positive relations with others*, *environmental mastery*, dan *autonomy*.



## 2) Jenis kelamin

Perbedaan tingkat *Psychological Well-Being* antara pria dan wanita dipengaruhi oleh *stereotype gender* yang cenderung menggambarkan pria sebagai sosok yang agresif dan mandiri, sementara wanita adalah sosok yang pasif, tergantung, serta sensitif terhadap perasaan orang lain (Papalia, Feldman & Gross, 2001).

Hasil penelitian Ryff (1989) menjelaskan bahwa pada perempuan memiliki skor yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki pada dimensi *positive relations with others*, *autonomy*, dan *personal growth*. Sedangkan pada pria memiliki skor yang lebih tinggi pada dimensi *self acceptance*, *environmental mastery*, dan *purpose in life*. satu-satunya skala yang menunjukkan perbedaan jenis kelamin yang signifikan adalah Positif Hubungan Dengan Orang Lain,  $F(1,921) = 8,94$ ,  $p < 0,01$ , dengan wanita lagi mencetak lebih tinggi dari laki-laki.

## 3) Evaluasi terhadap bidang-bidang tertentu

Tercapainya *Psychological Well-Being* tergantung pada penilaian individu mengenai dirinya sendiri. Penilaian yang berbeda mengenai terpenuhinya dimensi-dimensi *Psychological Well-Being* menyebabkan tingkat kepuasan yang dirasakan berbeda antara individu yang satu dengan yang lain, sehingga dapat dikatakan bahwa mekanisme evaluasi diri berpengaruh pada *Psychological Well-Being* individu (Ryff & Essex, 1992).

#### 4) Kepribadian

Harga diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang paling penting dalam proses berpikir, tingkat emosi, keputusan yang diambil, nilai-nilai yang dianut serta penentuan tujuan hidup. Harga diri mencakup dua komponen yaitu perasaan akan kompetensi pribadi dan perasaan akan penghargaan diri pribadi. Seseorang akan menyadari dan menghargai dirinya jika ia mampu menerima diri pribadinya. Hakim et al. (2002) berpendapat konsep *locus of control*, *neurotisme*, *self-efficacy* dan *self-esteem* diukur sama sebagai faktor tunggal. Seseorang yang memiliki locus of control yang tinggi dikatakan bahwa ia mampu melindungi bagian rawan dari kondisi mental seseorang, yaitu: *self-esteem* (harga diri) dan *confidence* (percaya diri).

#### b. Faktor eksternal

##### 1) Status Sosial Ekonomi

Ryff dan Singer (1996) mengemukakan bahwa perbedaan kelas sosial ekonomi turut mempengaruhi profil *Psychological Well-Being* individu. Dari penelitian tersebut diketahui bahwa pada individu yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi memiliki profil *Psychological Well-Being* yang tinggi khususnya pada dimensi tujuan hidup dan pengembangan pribadi. Selain itu, tingkat pendidikan yang tinggi dan status pekerjaan juga berpengaruh terhadap tingkat *Psychological Well-Being* pada dimensi penerimaan





diri dan dimensi tujuan hidup. Orang yang menempati kelas sosial yang tinggi memiliki perasaan yang lebih positif terhadap diri sendiri dan masa lalu mereka, serta lebih memiliki rasa keterarahan dalam hidup dibandingkan dengan mereka yang berada di kelas sosial yang lebih rendah (Ryff, 1995).

## 2) Budaya

*Psychological Well-Being* yang berkaitan dengan dimensi penerimaan diri dan otonomi lebih banyak ditemukan pada masyarakat yang memiliki budaya individualistik (Ryff & Singer, 1996). Sementara itu masyarakat yang memiliki budaya yang berorientasi kolektifitas dan saling ketergantungan, lebih banyak menunjukkan nilai yang positif pada dimensi hubungan positif dengan orang lain.

## 3) Dukungan Sosial

dukungan sosial yang merupakan persepsi bahwa orang akan memberikan pertolongan jika dibutuhkan, faktor yang terakhir adalah teknik koping seseorang yang berarti merubah fungsi kognitif dan perilaku untuk tuntutan eksternal yang menekan (Ryff & Singer, 2008). Tujuan dari dukungan sosial ini adalah memberi dukungan dalam mencapai tujuan dan kesejahteraan hidup, dapat membantu perkembangan pribadi yang lebih positif memberikan dukungan pada individu dalam menghadapi masalah hidup sehari-hari. (Ryff & Singer, 2008) hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh

dukungan sosial terhadap psychological well being pada caregiver skizofrenia. Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ .

#### 4) Pekerjaan / pendidikan

Page (2005) menyatakan bahwa faktor-faktor pekerjaan seperti jam kerja, pengakuan, kondisi kerja, keamanan pekerjaan, gaji berpengaruh terhadap *Psychological Well-Being* seseorang.

#### 5) Religiusitas

Kesejahteraan psikologis individu sangat dipengaruhi oleh agama dan spiritualitas. Dalam konteks ini sangat berkaitan dengan transendensi pada semua persoalan kehidupan individu kepada Tuhannya. Individu dengan tingkat religius yang tinggi, maka individu tersebut akan lebih mampu memandang setiap peristiwa yang terjadi secara bermakna dan mensikap secara positif, sehingga hidup yang dirasakannya menjadi lebih bermakna, dan bisa bersikap baik dengan lingkungan, mampu merasakan kepuasan hidup dan tidak banyak mengalami kesepian dalam hidupnya (Aisyah & Chisol, 2020). Hasil utama dari penelitian menunjukkan bahwa religiusitas berpengaruh terhadap Psychological Well Being, dengan sumbangan sebesar 21.3% ( $R^2=0.213$ ), dimana 78.7% dijelaskan oleh faktor-faktor lainnya (Ryff & Singer, 2008).





#### **2.1.4 Dampak dari Gangguan Kesejahteraan Psikologis**

Menurut Heiman dan Kariv (dalam Liu, 2020) mengatakan bahwa jika kesejahteraan psikologis seseorang terganggu maka akan berdampak pada kognitif, emosi, fisiologis dan perilaku yang dimana pada kognitif dapat mengakibatkan seseorang individu sulit untuk berkonsentrasi, sulit memahami pelajaran dan sulit untuk mengingat pelajaran. Dampak secara emosional seperti sering merasakan cemas, sulit untuk bangkit atau sulit memotivasi diri sendiri, merasakan kesepian dan cenderung menarik diri dari lingkungan sosial, frustrasi, sedih dan marah. Dampak dari fisiologis seperti gangguan kesehatan, daya tahan tubuh menurun, badan lesu dan lemah serta sulit tidur nyenyak.

#### **2.1.5 Cara Mengukur Tingkat Kesejahteraan Psikologis**

Cara mengukur tingkat kesejahteraan psikologis pada Santri penghafal qur'an adalah dengan cara pembagian kuesioner, untuk kuesioner kesejahteraan psikologis terdiri dari beberapa butir pertanyaan yang dimana kuesioner kesejahteraan psikologis menggunakan kuesioner yang mengacu pada aspek Ryff dan Singer (2008). Adapun aspek-aspek yang di kemukakan oleh Ryff dan Singer meliputi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Kategori hasil skor adalah sebagai berikut, jika responden mendapatkan skor 1-36 masuk dalam kategori sangat rendah, jika responden mendapatkan skor 37-72 masuk dalam kategori rendah, jika mendapatkan skor 73-108 masuk dalam kategori sedang, jika mendapat skor 109-144

masuk dalam kategori tinggi dan jika responden mendapat skor 145-180 masuk dalam kategori sangat tinggi.

## **2.2 Konsep Teori Model Keperawatan**

### **2.2.1 Pola Pengembangan Model Konseptual Calista Roy**

Sister Calista Roy mengembangkan model adaptasi dalam keperawatan pada tahun 1964. Model ini banyak di gunakan sebagai falsafah dasar dan model konsep dalam pendidikan keperawatan. Model adaptasi Roy adalah system model yang esensial dalam keperawatan. Roy menjelaskan bahwa manusia adalah makhluk biopsikososial sebagai satu kesatuan yang utuh. Dalam memenuhi kebutuhan manusia selalu di hadapkan berbagai persoalan yang kompleks. Dalam menghadapi persoalan tersebut Roy mengemukakan teori adaptasi. Penggunaan coping atau mekanisme pertahanan diri, berespon melakukan peran dan fungsi secara optimal untuk memelihara integritas diri keadaan lingkungan sekitarnya dalam suatu rentang kontinu sehat -sakit.

Sumber- sumber yang mendukung perkembangan teori ini :

Didasari dari teori adaptasi Helson, yang mengatakan bahwa respon adaptive adalah fungsi yang muncul ketika ada stimulus dan level adaptasi.. Stimulus adalah setiap factor yang mengakibatkan sebuah respon. Stimulus dapat muncul dari lingkungan internal maupun eksternal. Setelah mengembangkan teorinya, Roy mempresentasikan teori tersebut pada praktek keperawatan, riset dan pendidikan keperawatan. Selain itu pengembangan model konseptual C.Roy di kontribusi oleh Lebih dari 1500 mahasiswa di fakultas di mana





C.Roy bekerja. Pemerintah Amerika saat itupun sangat mendukung perkembangan teori ini, diantaranya dengan menyediakan 100.000 perawat di USA disiapkan untuk praktek menggunakan teori ini (Pardede, 2018)

### 2.2.2 Paradigma Keperawatan Menurut Sister Calista Roy

Empat Elemen utama dari teori Roy adalah : Manusia sebagai penerima asuhan keperawatan, Konsep lingkungan, Konsep sehat dan Keperawatan. Dimana antara keempat elemen tersebut saling mempengaruhi satu sama lain karena merupakan suatu sistem.

#### a. Manusia

Manusia merupakan fokus utama yang perlu diperhatikan karena manusialah yang menjadi penerima asuhan keperawatan, baik itu individu, keluarga, kelompok maupun masyarakat, yang dipandang sebagai “*Holistic Adaptif System*”. Dimana “*Holistic Adaptif System* “ ini merupakan perpaduan antara konsep sistem dan konsep adaptasi.

#### 1) Kosep Sistem

Roy memandang manusia sebagai makhluk holistik yang dalam sistem kehidupannya akan selalu berinteraksi dengan lingkungannya, dimana diantara keduanya akan terjadi pertukaran informasi, “*matter*” dan energi. Adapun karakteristik sistem menurut Roy adalah input, output, control dan feed back

#### 2) Konsep Adaptasi

Output dalam sistem adaptasi ini berupa respon perilaku individu yang dapat dikaji oleh perawat baik secara objektif maupun subjektif.



Respon perilaku ini dapat menjadi umpan balik bagi individu maupun lingkungannya. Roy mengkategorikan output dari sistem adaptasi ini berupa respon adaptif dan respon inefektif. Respon adaptif dapat meningkatkan integritas individu sedangkan respon inefektif tidak dapat mendukung untuk pencapaian tujuan perawatan individu.

Roy menggunakan istilah mekanisme koping untuk menggambarkan proses kontrol individu dalam sistem adaptasi ini. Beberapa koping ada yang bersifat genetik seperti : WBC (sel darah putih) sebagai benteng pertahanan tubuh terhadap adanya kuman, sedangkan beberapa koping lainnya ada yang merupakan hasil belajar seperti : menggunakan antiseptik untuk membersihkan luka. Dalam mekanisme kontrol ini, Roy menyebutnya dengan istilah “*Regulator*” dan “*Cognator*”. Transmitter dari sistem regulator berupa kimia, neural atau sistem saraf dan endokrin, yang dapat berespon secara otomatis terhadap adanya perubahan pada diri individu. Respon dari sistem regulator ini dapat memberikan umpan balik terhadap sistem cognator. Proses kontrol cognator ini sangat berhubungan dengan fungsi otak dalam hal fungsi persepsi atau memproses informasi, pengambilan keputusan dan emosi.

b. Lingkungan

Stimulus yang berasal dari individu dan sekitar individu merupakan elemen dari lingkungan, menurut Roy. Lingkungan didefinisikan oleh



Roy adalah “ Semua kondisi, keadaan dan pengaruh-pengaruh disekitar individu yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku individu dan kelompok “(Roy and Adrews, 1991 dalam Nursing Theory : 260) . Dalam hal ini Roy menekankan agar lingkungan dapat didesign untuk meningkatkan kemampuan adaptasi individu atau meminimalkan resiko yang akan terjadi pada individu terhadap adanya perubahan.

c. Sehat

Roy mendefinisikan sehat adalah “*A State and a process of being and becoming an integrated and whole person*”. Integritas individu dapat ditunjukkan dengan kemampuan untuk mempertahankan diri, tumbuh, reproduksi dan “*mastery*”. Asuhan keperawatan berdasarkan model Roy bertujuan untuk meningkatkan kesehatan individu dengan cara meningkatkan respon adaptifnya.

d. Keperawatan

Seperti yang telah dijelaskan di atas bahwa tujuan keperawatan menurut Roy adalah meningkatkan respon adaptif individu dan menurunkan respon inefektif individu, dalam kondisi sakit maupun sehat. Selain meningkatkan kesehatan di semua proses kehidupan, keperawatan juga bertujuan untuk mengantarkan individu meninggal dengan damai. Untuk mencapai tujuan tersebut, perawat harus dapat mengatur stimulus fokal, kontekstual dan residual yang ada pada individu, dengan lebih menitikberatkan pada stimulus fokal, yang merupakan stimulus tertinggi (Pardede, 2018).

### 2.2.3 Teori Sister Calista Roy

Roy mengidentifikasi bahwa input sebagai stimulus, merupakan kesatuan informasi, bahan-bahan atau energi dari lingkungan yang dapat menimbulkan respon, dimana dibagi dalam tiga tingkatan yaitu input, proses dan output.

#### a. Input

Model adaptasi Roy untuk keperawatan merupakan suatu teori yang diturunkan dari teori sebelumnya, di antaranya teori Harry Halson mengenai psikofisika yang diperluas menjadi ilmu sosial dan perilaku (Roy, 1984). Pada teori adaptasi Halson, proses adaptasi merupakan fungsi dari stimulus yang datang dan tingkat adaptif (Roy, 1984). Stimulus adalah fakto apapun yang bisa mencetuskan respon. Stimulus dapat muncul dari lingkungan internal maupun eksternal (Roy, 1984). Tingkat adaptasi merupakan efek gabungan dari tiga kelas stimulus berikut ini:

- 1) Stimulus fokal yaitu stimulus yang langsung berhadapan dengan seseorang, efeknya segera, misalnya infeksi .
- 2) Stimulus kontekstual yaitu semua stimulus lain yang dialami seseorang baik internal maupun eksternal yang mempengaruhi situasi dan dapat diobservasi, diukur dan secara subyektif dilaporkan. Rangsangan ini muncul secara bersamaan dimana dapat menimbulkan respon negatif pada stimulus fokal seperti anemia, isolasi sosial.
- 3) Stimulus residual yaitu ciri-ciri tambahan yang ada dan relevan dengan situasi yang ada tetapi sukar untuk diobservasi meliputi kepercayaan, sikap, sifat individu berkembang sesuai pengalaman yang





lalu, hal ini memberi proses belajar untuk toleransi. Misalnya pengalaman nyeri pada pinggang ada yang toleransi tetapi ada yang tidak. Level adaptasi dapat menjadi data masukan yang akan mempengaruhi respon adaptasi seseorang. Menurut Roy level adaptasi seseorang dibagi menjadi 3, yaitu : *integrated* , *compensatory*, *compromised*.

b. Proses

Mekanisme kontrol seseorang menurut Roy adalah bentuk mekanisme koping yang di gunakan. Mekanisme kontrol ini dibagi atas regulator dan kognator yang merupakan subsistem.

- 1) Subsistem regulator. Input stimulus berupa internal atau eksternal. Transmitter regulator sistem adalah kimia, neural atau endokrin. Refleks otonom adalah respon neural dan brain sistem dan spinal cord yang diteruskan sebagai perilaku output dari regulator sistem. Banyak proses fisiologis yang dapat dinilai sebagai perilaku regulator subsistem.
- 2) Subsistem kognator. Stimulus untuk subsistem kognator dapat eksternal maupun internal. Perilaku output dari regulator subsistem dapat menjadi stimulus umpan balik untuk kognator subsistem. Kognator kontrol proses berhubungan dengan fungsi otak dalam memproses informasi, penilaian dan emosi. Persepsi atau proses informasi berhubungan dengan proses internal dalam memilih atensi, mencatat dan mengingat. Belajar berkorelasi dengan proses imitasi,



reinforcement (penguatan) dan insight (pengertian yang mendalam). Penyelesaian masalah dan pengambilan keputusan adalah proses internal yang berhubungan dengan penilaian atau analisa. Emosi adalah proses pertahanan untuk mencari keringanan, mempergunakan penilaian dan kasih sayang. Dalam memelihara integritas, kognator dan regulator saling bekerjasama dan menguatkan. Dalam penelitian ini subsistem kognator yang terlihat pada santri yaitu pembelajaran inefektif. Pembelajaran inefektif adalah pembelajaran yang tidak mencapai tujuan belajar peserta didik sebagaimana yang diharapkan oleh guru, sebagai contohnya santri sulit berkonsentrasi saat menghafal qur'an sehingga mengakibatkan kurang lancar saat menyeter kepada ustadzah atau pengasuh asrama.

c. Efektor

Selanjutnya Roy mengembangkan proses internal seseorang sebagai sistem adaptasi dengan menetapkan sistem efektor, yaitu 4 mode adaptasi meliputi fisiologis, konsep diri, fungsi peran dan interdependensi.

1) Mode Fungsi Fisiologi

Fungsi fisiologi berhubungan dengan struktur tubuh dan fungsinya. Roy mengidentifikasi sembilan kebutuhan dasar fisiologis yang harus dipenuhi untuk mempertahankan integritas, yang dibagi menjadi dua bagian, mode fungsi fisiologis tingkat dasar yang terdiri dari 5 kebutuhan dan fungsi fisiologis dengan proses yang kompleks terdiri dari 4 bagian yaitu :

- a) Oksigenasi : Kebutuhan tubuh terhadap oksigen dan prosesnya, yaitu ventilasi, pertukaran gas dan transpor gas.
- b) Nutrisi : Mulai dari proses ingesti dan asimilasi makanan untuk mempertahankan fungsi, meningkatkan pertumbuhan dan mengganti jaringan yang injuri.
- c) Eliminasi : Yaitu ekskresi hasil dari metabolisme dari instestinal dan ginjal.
- d) Aktivitas dan istirahat : Kebutuhan keseimbangan aktivitas fisik dan istirahat yang digunakan untuk mengoptimalkan fungsi fisiologis dalam memperbaiki dan memulihkan semua komponen-komponen tubuh.
- e) Proteksi/ perlindungan : Sebagai dasar defens tubuh termasuk proses imunitas dan struktur integumen (kulit, rambut dan kuku) dimana hal ini penting sebagai fungsi proteksi dari infeksi, trauma dan perubahan suhu.
- f) *The sense*/perasaan : Penglihatan, pendengaran, perkataan, rasa dan bau memungkinkan seseorang berinteraksi dengan lingkungan Sensasi nyeri penting dipertimbangkan dalam pengkajian perasaan
- g) Cairan dan elektrolit. : Keseimbangan cairan dan elektrolit di dalamnya termasuk air, elektrolit, asam basa dalam seluler, ekstrasel dan fungsi sistemik. Sebaliknya inefektif fungsi sistem fisiologis dapat menyebabkan ketidakseimbangan elektrolit.





- h) Fungsi syaraf / neurologis : Hubungan-hubungan neurologis merupakan bagian integral dari regulator koping mekanisme seseorang. Mereka mempunyai fungsi untuk mengendalikan dan mengkoordinasi pergerakan tubuh, kesadaran dan proses emosi kognitif yang baik untuk mengatur aktivitas organ-organ tubuh
- i) Fungsi endokrin : Aksi endokrin adalah pengeluaran hormon sesuai dengan fungsi neurologis, untuk menyatukan dan mengkoordinasi fungsi tubuh. Aktivitas endokrin mempunyai peran yang signifikan dalam respon stress dan merupakan dari regulator koping mekanisme.

## 2) Mode Konsep Diri

Mode konsep diri berhubungan dengan psikososial dengan penekanan spesifik pada aspek psikososial dan spiritual manusia. Kebutuhan dari konsep diri ini berhubungan dengan integritas psikis antara lain persepsi, aktivitas mental dan ekspresi perasaan. Konsep diri menurut Roy terdiri dari dua komponen yaitu the physical self dan the personal self.

- a) *The physical self*, yaitu bagaimana seseorang memandang dirinya berhubungan dengan sensasi tubuhnya dan gambaran tubuhnya. Kesulitan pada area ini sering terlihat pada saat merasa kehilangan, seperti setelah operasi, amputasi atau hilang kemampuan seksualitas.

b) *The personal self*, yaitu berkaitan dengan konsistensi diri, ideal diri, moral- etik dan spiritual diri orang tersebut. Perasaan cemas, hilangnya kekuatan atau takut merupakan hal yang berat dalam area ini.

### 3) Mode Fungsi Peran

Mode fungsi peran mengenal pola-pola interaksi sosial seseorang dalam hubungannya dengan orang lain, yang dicerminkan dalam peran primer, sekunder dan tersier. Fokusnya pada bagaimana seseorang dapat memerankan dirinya dimasyarakat sesuai kedudukannya

### 4) Mode Interdependensi

Mode interdependensi adalah bagian akhir dari mode yang dijabarkan oleh Roy. Fokusnya adalah interaksi untuk saling memberi dan menerima cinta/ kasih sayang, perhatian dan saling menghargai. Interdependensi yaitu keseimbangan antara ketergantungan dan kemandirian dalam menerima sesuatu untuk dirinya. Ketergantungan ditunjukkan dengan kemampuan untuk afiliasi dengan orang lain. Kemandirian ditunjukkan oleh kemampuan berinisiatif untuk melakukan tindakan bagi dirinya. Interdependensi dapat dilihat dari keseimbangan antara dua nilai ekstrim, yaitu memberi dan menerima (Pardede, 2018). Pada penelitian ini masalah yang dialami santri yaitu stress berlebih yang di dapat dari banyaknya tekanan dari eksternal



antara lain tugas berlebih tuntutan hafalan, sekolah formal, perubahan lingkungan internal dan eksternal

d. Output

Output dari suatu sistem adalah perilaku yang dapat diamati, diukur atau secara subyektif dapat dilaporkan baik berasal dari dalam maupun dari luar. Perilaku ini merupakan umpan balik untuk sistem. Roy mengategorikan output sistem sebagai respon yang adaptif atau respon yang tidak efektif/maladaptif. Respon yang adaptif dapat meningkatkan integritas seseorang yang secara keseluruhan dapat terlihat bila seseorang tersebut mampu melaksanakan tujuan yang berkenaan dengan kelangsungan hidup, perkembangan, reproduksi dan keunggulan. Sedangkan respon yang maladaptif perilaku yang tidak mendukung tujuan ini. Tingkat adaptasi seseorang sebagai sistem adaptasi dipengaruhi oleh perkembangan individu itu sendiri, dan penggunaan mekanisme koping. Penggunaan mekanisme koping yang maksimal mengembangkan tingkat adaptasi seseorang dan meningkatkan rentang stimulus agar dapat berespon secara positif (Pardede, 2018).

## 2.3 Pondok Pesantren

### 2.3.1 Pengertian

Pesantren berasal dari kata pesantrian, berarti tempat tinggal santri atau murid. Pondok berasal dari kata funduq dari bahasa Arab yang artinya penginapan atau asrama. Di dalam pesantren/pondok pesantren dipimpin oleh seorang kyai dan orang-orang yang ditunjuk untuk mengelola pesantren serta



mengelola organisasi atau lembaga yang berada dalam pesantren Hidayat (Prasetyaningrum et al., 2021).

Pondok menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia edisi kedua Departemen pendidikan dan Kebudayaan adalah bangunan tempat tinggal sementara atau tempat mengaji atau belajar agama. Sedangkan pesantren berasal dari kata santri yang mendapat awalan “pe” dan akhiran “an,” berarti tempat tinggal para santri. Jadi pondok pesantren berarti tempat tinggal santri untuk mengaji atau belajar ilmu agama (Rikza & Masyhari, 2016)

Menurut Abdullah sebagaimana dinyatakan Arifin, 8 kata pesantren dari kata santra, yaitu *san* yang berarti orang baik, dan *tri* yang berarti suka menolong, sehingga santra berarti orang baik yang suka menolong. Sementara menurut CC Berg seperti dikutip Arifin santri berasal dari istilah shastri yang berasal dari bahasa India dan berakna orang-orang yang mengetahui kitab-kitab suci agama Hindu atau seorang sarjana yang ahli kitab. Sementara Geertz, mengartikan shastri dari bahasa Sansekerta yang artinya ilmuan Hindu yang pandai menulis yang telah diadopsi menjadi santri dan dapat digambarkan dalam makna yang sempit maupun makna yang luas :

Dalam arti yang sempit santri bermakna, seorang pelajar sekolah agama yang bermukim di suatu tempat yang disebut pondok atau pesantren. Sedangkan dalam makna yang luas kata santri mengacu pada identitas seseorang sebagai bagian dari varian komunitas penduduk Jawa yang menganut Islam secara konsekuen, seperti sembahyang, ke masjid pada hari Jumat dan sebagainya.(Rikza & Masyhari, 2016)



### 2.3.2 Unsur-Unsur Pondok Pesantren

Pada umumnya, unsur-unsur pondok pesantren terdiri dari kiai, santri, kitab kuning dan asrama.

#### a. Kiai

Dhofier (1994: 55) kiai merupakan unsur yang paling esensial dari suatu pesantren dan kiai seringkali sebagai pendiri pesantren. Maka sudah sewajarnya bahwa pertumbuhan suatu pesantren semata-mata bergantung kepada kemampuan pribadi kiainya. Adapun Engku & Zubaidah (2014: 119-120) mencatat bahwa kiai merupakan tokoh sentral dalam pesantren yang memberikan pengajaran. Oleh karena itu, kiai merupakan salah satu unsur yang paling dominan dalam kehidupan pesantren. Kemasyahuran, perkembangan dan kelangsungan kehidupan suatu pesantren banyak bergantung pada keahlian dan kedalaman ilmu, kharismatik dan wibawa, serta keterampilan kiai yang bersangkutan dalam mengelola pesantren. Dalam konteks ini, pribadi kiai sangat menentukan, sebab ia adalah tokoh sentral dalam pesantren. Yahya (2006: 228) menyimpulkan dalam sistem pendidikan pesantren berhasil atau tidaknya suatu pendidikan dipengaruhi oleh individu pengajar dan pelajar. Pengajar dalam hal ini adalah kiai (dalam Hidayat et al., 2018)

#### b. Santri

Hidayat (2016) membagi santri menjadi 2 yang pertama adalah santri mukim. Santri mukim adalah santri yang berasal dari jauh dan tinggal di asrama atau di lingkungan pondok. Santri yang sudah lama mukim di



pesantren biasanya menjadi kelompok tersendiri dan sudah memikul tanggung jawab untuk membantu mengurus pesantren. Kedua adalah santri kalong, yaitu santri yang tinggal di kampung sekitar pondok dan hanya datang ke pondok saat waktu mengaji (dalam Prasetyaningrum et al., 2021)

c. Asrama

Engku & Zubaidah (2014: 117-118) mencatat bahwa adanya pondok pesantren tempat tinggal bersama antara kiai dengan para santrinya, dan bekerja sama untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari, merupakan pembeda dengan lembaga pendidikan yang berlangsung di masjid atau langgar. Pesantren juga menampung santri-santri yang berasal dari daerah yang jauh untuk bermukim. Adanya asrama di pondok pesantren menjadi ciri khas dalam tradisi pesantren, sistem asrama akan membentuk santri menjadi orang yang mandiri sebagaimana dijelaskan Sanusi (2012) jika dibandingkan pendidikan formal, pondok pesantren mampu membentuk santri untuk hidup mandiri. Sistem asrama pada pondok pesantren dan karakteristik kehidupan di dalamnya mendorong santri untuk memenuhi dan menjalankan tugas kehidupan sehari-hari dengan mandiri (dalam Hidayat et al., 2018)

d. kitab kuning

Suryadi (2012) berbicara pendidikan Islam dalam tataran keilmuan tidak dapat dipisahkan dari kajian tentang buku-buku pendidikan yang berbahasa Arab. Ajaran Islam yang bersumber dari Alquran dan hadis



yang dikodifikasi dengan bahasa Arab, begitupun dengan buku-buku pendidikan Islam yang banyak ditulis dengan bahasa Arab baik buku klasik maupun modern. Tegasnya, secara sederhana jika kita akan mengkaji tentang aspek-aspek pengetahuan (dalam Hidayat et al., 2018)

### **2.3.3 Sistem Pendidikan Pondok Pesantren**

Pondok Pesantren merupakan lembaga yang sudah ada di Indonesia sejak ratusan tahun yang lalu sejak awal kedatangan Islam di Indonesia. Bahkan saat memasuki millennium ketiga ini menjadi salah satu penyangga yang sangat penting bagi kehidupan berbangsa dan bernegara bangsa Indonesia. Pondok Pesantren merupakan suatu lembaga pendidikan Islam yang melembaga di Indonesia yang sampai saat ini masih banyak diminati. yang mana pesantren merupakan pendidikan Islam yang masih tradisional di negara Indonesia. Sebuah Pesantren pada dasarnya adalah sebuah asrama pendidikan Islam tradisional yang mana siswanya (santri) tinggal bersama dan belajar dibawah bimbingan seorang guru yang lebih dikenal dengan sebutan kiai. Tujuan utama pendidikan pesantren tidak semata-mata untuk memperkaya pikiran murid dengan penjelasan-penjelasan, tetapi juga untuk meningkatkan moral, melatih dan mempertinggi semangat, menghargai nilai-nilai spiritual dan mengajarkan sikap dan tingkah laku yang jujur dan bermoral, serta menyiapkan para santri diajar mengenai etika agama diatas etika-etika yang lain. Hingga saat ini pesantren masih menjadi pilihan banyak masyarakat dalam hal pendidikan moral dan agama. Dengan banyaknya anggapan bahwa pondok pesantren mampu memberi pendidikan optimal baik pendidikan



agama maupun pendidikan umum sehingga dengan kemungkinan besar dapat membentuk anak menjadi pribadi yang baik, berpengetahuan dan bermoral. Selain untuk menuntut ilmu pesantren juga dikenal dengan tempat pembersihan akhlak yang mana akhlak berfungsi mewarnai dalam segala aspek kehidupan. Dalam periode sekarang sudah banyak Pondok Pesantren yang telah melengkapi kebutuhan pendidikan. Dengan tetap mempertahankan sistem pengajian dan juga dilengkapi dengan bentuk madrasah atau sekolah formal dengan mengadopsi kurikulum pemerintah. Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang dialami oleh manusia saat ini, tidak sedikit dampak negatifnya terhadap sikap hidup dan prilakunya. Berbagai dampak tersebut tidak hanya menjangkiti manusia sebagai makhluk beragama, tetapi juga sebagai makhluk individual dan sosial. Salah satu dampak negatif yang paling berbahaya adalah kerusakan akhlak dan moral menjadi akibat yang tidak dapat dihindarkan. Diawali dengan minimnya pengetahuan agama dan dibarengi dengan kemajuan teknologi yang mana dapat dengan mudah mengakses hal-hal yang positif maupun negatif, dengan itu ada tuntutan untuk menyaring mana yang baik dan buruk. Asrama putri Hurun Inn adalah salah satu asrama yang ada di Pondok Pesantren Darul Ulum yang mempunyai beberapa model pengajaran dalam pendidikan akhlak, seperti adanya pengkajian kitab-kitab, program tahfid dan lain-lain (Umami & Amrulloh, 2017). Asrama x hurun inn memiliki 2 program pokok yaitu kitab dan tahfid, santri diperbolehkan memilih salah satu diantara keduanya. Namun seluruh santri diwajibkan untuk menghafal jus 30 dan surat khos dan diadakan





rehal atau setor hafala kepada pengasuh secara bergantian. untuk santri yang memilih program tahfid setiap harinya diwajibkan menyetor hafalan satu halaman setiap hari dan di setor kepada pengasuh asrama setiap malam sehabis jamaah maghrib sebelum menyetorkan hafalan di adakan murojaah atau mengulang kembali hafalan untuk jus sebelumnya untuk murojaah sendiri minimal satu halaman.

Santri penghafal qur'an selain mondok juga menjalani sekolah formal dimana santri ada yang mengambil program tambahan tahfid, jadi selain menyerahkan hafalan di asrama juga menyerahkan hafalan di sekolah. Sehingga itu menambah bebah berat dari santri, jika tidak di manajemen waktu dengan baik maka itu menjadi stresor tambahan ditambah lagi dengan tugas-tugas sekolah yang lain. Hal tersebut menjadikan para penghafal qur'an sulit untuk membagi waktu antara sekolah dan hafalan sehingga itu menimbulkan stres tersendiri yang mengakibatkan hafalan tidak lancar.

Selain dalam bentuk pembelajaran akhlak asrama X Hurun Inn juga menerapkan beberapa kebiasaan dalam pembentukan akhlak santri seperti pelaksanaan shalat jamaah, muraja'ah, kerjabakti, dan hafalan. Dengan demikian tujuan pendidikan yang ada di Asrama X Hurun Inn tidak semata-mata untuk memperkaya pengetahuan santriwati dengan penjelasan-penjelasan, tetapi juga untuk meningkatkan moral, melatih dan mempertinggi semangat, menghargai nilai-nilai spiritual dan kemanusiaan, mengajarkan sikap dan tingkah laku yang jujur dan bermoral, serta menyiapkan para murid diajar mengenai etika agama di atas etika-etika yang lain. Tujuan pendidikan



pesantren bukan untuk mengejar kepentingan kekuasaan, uang dan keagungan duniawi, tetapi menanamkan kepada mereka bahwa belajar adalah semata-mata kewajiban dan pengabdian kepada Allah.

#### **2.3.4 Kesejahteraan Psikologis Santri Pondok Pesantren**

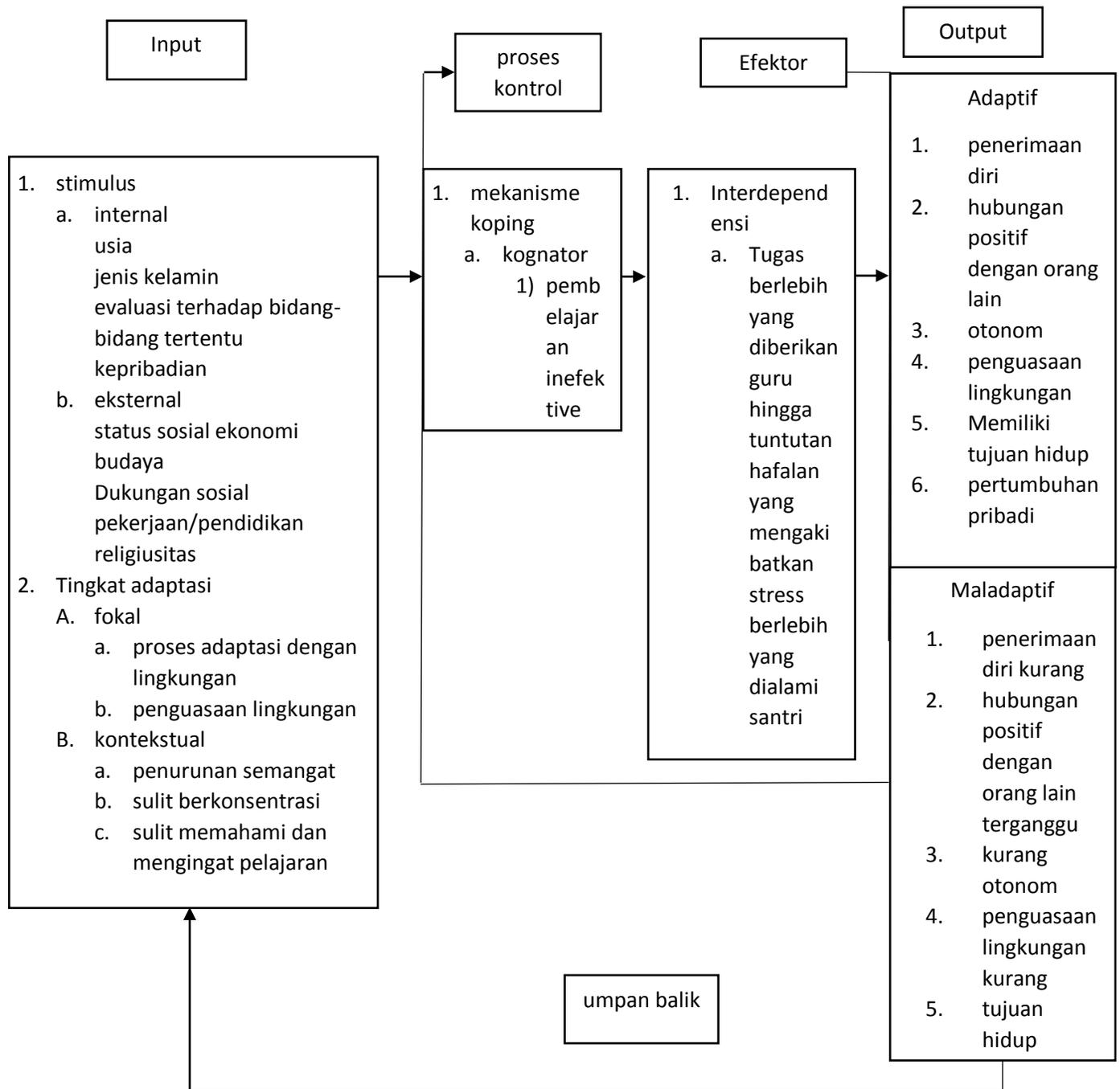
Penyusunan alat ukur kesejahteraan psikologis santri berpijak pada beberapa teori kesejahteraan psikologis di atas, dengan mengambil dimensi yang sesuai dengan kebutuhan santri. Untuk itu dirumuskan definisi normatif kesejahteraan psikologis santri yaitu santri yang memiliki afek positif dalam emosi maupun suasana hati, sehingga muncul kepuasan terhadap diri sendiri dan menerima keadaan dirinya sebagai santri. Hal ini membuatnya mampu menjalin hubungan dengan lingkungan pondok, dapat berfungsi secara efektif di pesantren dalam bentuk terlibat aktif dengan kegiatan pondok serta dapat menghadapi dan mengatasi masalah yang ditemui Fattah (dalam Prasetyaningrum et al., 2021).

Sistem pendidikan Pondok Pesantren yang menyeluruh, mencakup seluruh kehidupan santri yang aktivitas sehari-harinya dalam pemantauan pengelola Pondok 24 jam per hari. Selain itu karakteristik lulusan juga diharapkan dapat langsung berdayaguna pada masyarakat dengan karakter yang kuat. Oleh karenanya kesejahteraan psikologis santri menjadi bagian penting yang mendapat perhatian dari semua pihak khususnya pengelola Pondok Pesantren. Hasil penelitian awal yang dilakukan Ramadhan (2012), ditemukan beberapa santri yang merasa tertekan dengan program pondok, dengan kegiatan setiap harinya yang memunculkan rasa bosan bahkan putus asa karena target yang

harus dicapai. Selain itu, kadang muncul keinginan untuk menyerah dengan padatnya kegiatan yang harus dijalani. Senada dengan penelitian di atas, Revelia (2016) dalam penelitiannya menemukan adanya santri yang merasa terkekang kebebasannya yang menyebabkan santri tidak betah hidup dalam pondok pesantren, bisa dikatakan tingkat stres santri menghafal qur'an lebih tinggi dibandingkan santri yang tidak menghafal qur'an. Salah satu penelitian yang dilakukan Ryff (1995) menemukan bahwa banyak hal yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang. Salah satunya adalah distress atau jenis stress yang mempengaruhi seseorang ke segi negatif. Jadi semakin tinggi distress yang dimiliki seseorang, maka semakin rendah tingkat kesejahteraan psikologisnya, begitu pula sebaliknya semakin rendah distressnya maka tingkat kesejahteraan psikologis seseorang akan semakin tinggi (dalam Nikmatuzaroh, 2019).



## 2.4 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka teori Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologi pada santri penghafal Qur'an Asrama X Hurun Inn menggunakan teori Calista Roy.