

**KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS (*PSYCHOLOGICAL WELL-
BEING*) PADA SANTRI PENGABDIAN DI PONDOK
PESANTREN MODERN HIDAYATUSSALIKIN
PANGKALPINANG**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

ARINI AROFA

2124075

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi Psikologi Islam

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK

BANGKA BELITUNG

2025



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**

Jalan Raya Petaling KM 13 Kec. Mendu Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung 33173
E-mail: iaim@iaimbbel.ac.id
Website: www.iaimbbel.ac.id

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISME
Nomor : B.110/FD/PP.00.9/10/2025

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa Mahasiswa dengan identitas berikut:

Nama : Arini Arofah
NIM : 2124075
Program : Strata 1
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Psikologi Islam
Judul Skripsi : Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*) pada Santri pengabdian di Pondok Pesantren Modern Hidayatussalikin Pangkalpinang

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal Plagiasi sebesar 25% pada Skripsi yang disusunnya sesudah Munasqosyah dengan nilai cek plagiasi 11%.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Bangka, 06 Oktober 2025
Dekan

Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag.
NIP. 196601051997031001

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Arini Arofa

NIM : 2124075

Jurusan : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi : Psikologi Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul **“Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*) Pada Santri Pengabdian di Pondok Pesantren Modern Hidayatussalikin Pangkalpinang”** ini adalah asli hasil karya atau penelitian sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi mana pun. Sepanjang pengetahuan peneliti, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan acuan/kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 2 Agustus 2025

Yang menyatakan


Arini Arofa
NIM. 2124075



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

Institut Agama Islam Negeri (IAIN)

Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Jl. Raya Petaling KM 13, Petaling, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Babel, 33173

E-mail: humas@iainsasabel.ac.id, Gmail: humasiainsasabel@gmail.com, Website: www.iainsasabel.ac.id

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi
Saudari Arini Arofa

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
Di Bangka

Assalamu'alaikum Wr Wb

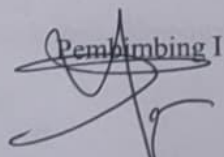
Setelah melakukan beberapa kali bimbingan dan meneliti hasil perbaikan, maka kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa :

Nama : Arini Arofa
NIM : 2124075
Prodi : Psikologi Islam
Judul Skripsi : Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*) Pada Santri Pengabdian di Pondok Pesantren Modern Hidayatussalikin Pangkalpinang.

Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Harapan kami semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqosyahkan.

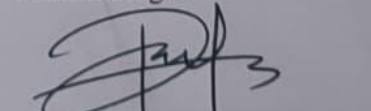
Demikian Nota Dinas Pembimbing ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr Wb


Pembimbing I

Dr.Syarifuddin Idris, M.Pd
NIP.198401142022031001

Bangka, 2 Agustus 2025
Pembimbing II


Primalita Putri Distina, M.Psi.
NIP : 199110162023212035



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
Institut Agama Islam Negeri (IAIN)
Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Jl. Raya Petaling KM 13, Petaling, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Babel, 33173
E-mail: humas@iainsasbabel.ac.id, Gmail: humasiainsasbabel@gmail.com, Website: www.iainsasbabel.ac.id

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal : Skripsi
Saudari Arini Arofa

Kapada Yth,
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi dan mencermati hasil perbaikan, maka Kami selaku konsultan berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Arini Arofa

NIM : 2124075

Prodi : Psikologi Islam

Judul : Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*) Pada Santri Pengabdian di Pondok Pesantren Modern Hidayatussalikin Pangkalpinang.

Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

Demikian Nota Dinas Konsultan ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Konsultan I

Sekar Putri, M.A

NIP. 199209102019032033

Bangka, 6 Oktober 2025
Konsultan II

Zulkarnain, M.A

NIP. 199003022025211016



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: humas@iainsasbabel.ac.id
Website: www.iainsasbabel.ac.id

PENGESAHAN

Nomor: B-473/FD/10/2025

Skripsi dengan judul: Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-being*) pada Santri Pengabdian di Pondok Pesantren Modern Hidayatussalikin

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Arini Arofa
N.I.M : 2124075
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Psikologi Islam

telah dimunaqosyahkan pada hari Rabu tanggal 17 September 2025 dengan nilai A (86,15), dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi.).

DEWAN SIDANG MUNAQOSYAH

Pembimbing I,

Pembimbing II,

Dr. Syarifudin Idris, M.Pd
NIP. 198401142022031001

Primalita Putri Distina, M.Psi., Psikolog
NIP. 199110162023212035

Penguji I,

Penguji II,

Sekar Putri, M.A
NIP. 199209102019032033

Zulkarnain, M.A
NIP. 199003022025211016

Ketua Panitia

Zulkarnain, M.A
NIP. 199003022025211016

Bangka, 07 Oktober 2025



Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag
NIP. 196601051997031001

MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

“Allah SWT tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kemampuannya”

-QS. Al-Baqarah: 286-

“You’re always one decision away from a completely different life”

-Mel Robbins-

“Kita bisa merubah hidup kita dalam satu langkah perubahan”

“Kan ku kejar mimpi, kan ku terbang tinggi, tak ada kata tidak ku pasti bisa”

-Maudy ayunda-

“Pada akhirnya, Semua Hanyalah Permulaan”

-Nadin Amizah-

Aku lahir dari peluh Bapa dan nyawa Mama yang dipertaruhkan, jadi tidak mungkin aku tidak ada artinya”

-a-

PERSEMBAHAN

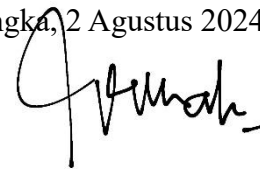
Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh.

Penulis panjatkan puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita semua sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Segala puji bagi Allah yang telah melimpahkan kekuatan, kesehatan, dan kemudahan dalam setiap langkah. Shalawat serta salam tak lupa kita curahkan kepada Nabi Muhammad SAW, suri teladan yang membawa cahaya iman dan petunjuk yang mulia kepada umat manusia. Dengan penuh rasa syukur dan ketulusan hati, skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Cinta kasihku yang abadi, Mama dan Bapa yang Arin hormati dan sayangi, yang telah membesarkan, merawat, dan mendidik Arin dengan penuh kasih sayang, memberikan do'a serta dukungan yang tulus dan tak pernah berhenti, yang telah berjuang lahir dan batin untuk Arin, serta menjadi sumber semangat dan kekuatan disetiap langkah Arin. Terimakasih atas keikhlasan dan telah sabar kebersamaan dalam proses Arin bertumbuh.
2. Kepada adikku tersayang, yang selalu ada dan menemani setiap langkah dan prosesku menyusun skripsi, yang menjadi penyemangatku selama proses penyusunan skripsi ini, yang selalu menghibur ketika lelah dan sedih.
3. Kepada yang ku hormati, pembimbing dan konsultan skripsiku, Bpk Wahyu Kurniawan, M.Psi, Psikolog., Bpk Dr. Syarifuddin Idris, M.Pd., Ibu Primalita Putri Distina, M.Psi, Psikolog., Ibu Sekar Putri, M.A., Bpk Zulkarnain, M.A. Terimakasih telah meluangkan waktu untuk membimbing Arin sehingga penelitian ini dapat selesai dengan tepat. Terimakasih atas banyaknya ilmu dan segala masukan-masukan yang telah bapak dan ibu berikan kepada Arin.
4. Kepada Bpk Amrullah, M.S.I yang telah mempercayai Arin dalam proses studi ini dan selalu mengingat Arini Arofah selama menjadi mahasiswa di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, IAIN.

5. Kepada seluruh dosen FDKI terkhususnya dosen program studi PI yang telah memberikan ilmu dan waktunya selama masa kuliah Arin. Yang telah sabar mengajar mahasiswa mahasiswinya.
6. Kepada teman seperjuanganku, Nur Shafa Ainun Zamzami yang selalu kebersamai dalam proses meraih gelar sarjana ini, yang dengan kebaikan telah membantu Arin ketika ada kesulitan dalam proses mengerjakan skripsi.
7. Kepada semua pihak yang telah membantu dan berkontribusi dalam penyusunan skripsi ini, baik secara langsung maupun tidak langsung. Terimakasih atas segala bentuk bantuan dan masukan yang telah diberikan.
8. Kesayanganku, diriku sendiri. Kepadanya ku ucapkan terimakasih telah berjuang dan bertahan hingga saat ini, walau sering tidak percaya diri akan hasil dari apa yang sedang diusahakan. Kepadanya ku do'akan agar keberhasilan selalu menyertai langkahnya, agar kebaikan selalu berada disekitarnya, agar tetap kuat pada apapun yang membuatnya lemah. Kepadanya ku rayakan semua yang ada dalam dirinya. Kepadanya ku ucapkan bangga yang amat besar.

Bangka, 2 Agustus 2024



Arini Arofa

NIM. 2124075

KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS (*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*) PADA SANTRI PENGABDIAN DI PONDOK PESANTREN MODERN HIDAYATUSSALIKIN PANGKALPINANG

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kesejahteraan psikologis pada santri pengabdian rantau di Pondok Pesantren Modern Hidayatussalikin Pangkalpinang. Santri pengabdian rantau merupakan alumni santri yang ditugaskan untuk mengabdikan di pondok pesantren yang berada di luar daerah asal mereka. Kehidupan merantau seringkali menimbulkan tantangan psikologis seperti kesulitan adaptasi, culture shock, dan tekanan emosional yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi interpretatif (*Interpretative Phenomenological Analysis/IPA*). Subjek penelitian berjumlah tiga orang purna santri rantau berusia 19–20 tahun yang sedang menjalani masa pengabdian di Pondok Pesantren Modern Hidayatussalikin. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara semi-terstruktur dan observasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa para subjek memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang beragam sesuai dengan keunikan masing-masing individu dan tercermin dalam lima tema besar, yaitu: Penerimaan & Kesadaran Diri, Dinamika Emosional & Regulasi Emosi, Penyesuaian Diri, Hubungan Positif, dan Tujuan Hidup. Meski ditemukan tantangan seperti overthinking, kurang percaya diri, dan adaptasi budaya, subjek menunjukkan kemampuan refleksi diri, ketahanan emosional, dan motivasi untuk berkembang.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis santri pengabdian rantau dipengaruhi oleh kemampuan adaptasi, dukungan lingkungan, serta tujuan hidup yang bermakna. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam upaya peningkatan kesejahteraan psikologis bagi individu yang menjalani kehidupan di lingkungan baru.

Kata kunci: kesejahteraan psikologis, santri pengabdian, fenomenologi, perantauan, pesantren.

***PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AMONG FORMER
BOARDING STUDENTS IN COMMUNITY SERVICE AT
HIDAYATUSSALIKIN MODERN ISLAMIC BOARDING
SCHOOL, PANGKALPINANG***

Abstrac

This study aims to explore the psychological well-being of santri (Islamic boarding school students) who are undergoing a period of service away from their hometowns at Pondok Pesantren Modern Hidayatussalikin Pangkalpinang. These students, referred to as santri pengabdian rantau, are alumni assigned to serve in a pesantren outside their region of origin. Living away from home often brings psychological challenges such as difficulties in adaptation, culture shock, and emotional stress, all of which may affect their psychological well-being.

The study uses a qualitative approach with an interpretative phenomenological analysis (IPA) method. The participants consisted of three former santri, aged 19–20, who were currently undergoing service at Pondok Pesantren Modern Hidayatussalikin. Data were collected through semi-structured interviews and non-participant observation.

The results of this study reveal that participants exhibited diverse levels of psychological well-being, shaped by their individual uniqueness, and reflected in five overarching themes: Acceptance & Self-Awareness, Emotional Dynamics & Emotion Regulation, Adjustment, Positive Relationships, and Life Purpose. Despite facing challenges such as overthinking, low self-confidence, and cultural adjustment, the participants demonstrated self-reflection, emotional resilience, and motivation for personal growth.

This study concludes that the psychological well-being of santri pengabdian from outside their hometown is influenced by their adaptability, environmental support, and meaningful life goals. The findings are expected to serve as a valuable reference for efforts aimed at promoting psychological well-being among individuals who undergo life in new environments.

Keywords: *psychological well-being, santri pengabdian, phenomenology, migration, boarding school.*

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah ‘aalamiiin. Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Subhanahu wa Ta’ala, Tuhan Yang Maha Esa, atas segala limpahan rahmat, taufik, hidayah, serta inayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik. Tanpa pertolongan dan izin dari-Nya, maka penyusunan skripsi yang berjudul “Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*) Pada Santri Pengabdian di Pondok Pesantren Modern Hidayatussalikin Pangkalpinang” ini tidak akan berjalan dengan lancar hingga mencapai tahap akhir.

Shalawat dan salam semoga selalu tercurah limpahkan kepada Rasulullah SAW, suri teladan bagi seluruh umat manusia yang telah membawa cahaya Islam sebagai pedoman hidup yang sempurna. Semoga kita semua termasuk ke dalam golongan umat beliau yang mendapatkan syafaatnya di yaumul akhir kelak. *Aamiin ya Rabbal ‘alamin*.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung. Dalam prosesnya, penulis menghadapi berbagai tantangan dan keterbatasan, baik dalam pengumpulan data, penyusunan teori, maupun pengaturan waktu. Berkat kesabaran, ikhtiar yang sungguh-sungguh, serta pertolongan Allah SWT, seluruh proses ini dapat diselesaikan dengan baik.

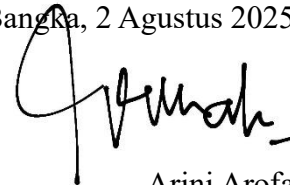
Penulis menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini merupakan hasil dari dukungan, doa, bimbingan, serta bantuan dari banyak pihak. Oleh karena itu, dengan tulus dan hormat, penulis mengucapkan terima kasih yang mendalam kepada:

1. Dr. Irawan, M.S.I, selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
2. Prof. Rusydi Sulaiman, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam.
3. Dr. Iqram Faldiansyah, M.A, selaku Wakil Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam.

4. Oktarizal Drianus, M.Psi, selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
5. Wahyu Kurniawan, M.Psi, Psikolog, selaku Penasehat Akademik.
6. Dr. Syarifuddin Idris, M.Pd, selaku Pembimbing I.
7. Primalita Putri Distina, M.Psi, Psikolog, selaku Pembimbing II.
8. Sekar Putri, M.A, selaku Konsultan I.
9. Zulkarnain, M.A, selaku Konsultan II.
10. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
11. Rekan-rekan seperjuangan yang telah memberikan dukungan, semangat, dan kebersamaan selama proses penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan, baik dalam isi, bahasa, maupun sistematika. Oleh karena itu, penulis terbuka terhadap segala kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa mendatang. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat sebagai referensi ilmiah dan menambah wawasan, khususnya di bidang Psikologi Islam.

Bangka, 2 Agustus 2025



Arini Arofa

NIM. 2124075

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	
SURAT KETERANGAN PLAGIASI.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
NOTA DINAS KONSULTAN	v
LEMBAR PERNGESAHAN.....	vi
MOTTO.....	vii
PERSEMBAHAN	viii
ABSTRAK	ix
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
E. Telaah Pustaka	10
F. Kerangka Teoritis	16
G. Kerangka Berpikir.....	17
H. Sistematika Pembahasan	18

BAB II LANDASAN TEORI

A. Kesejahteraan Psikologis

1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis Ryff 20
2. Pengertian Kesejahteraan Psikologis Menurut Tokoh Islam..... 25
3. Aspek-Aspek Kesejahteraan Psikologis..... 33
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis 40
5. Manfaat Kesejahteraan Psikologis 42

B. Santri dan Santri Pengabdian

1. Pengertian Santri dan Santri Pengabdian 44

C. Perkembangan Remaja

1. Pengertian Perkembangan Remaja 46
2. Aspek-Aspek Perkembangan Remaja 47

BAB III METODE PENELITIAN

- A. Jenis Penelitian 51
- B. Pendekatan Penelitian 52
- C. Lokasi Penelitian 53
- D. Subjek Penelitian 54
- E. Sumber Data 55
- F. Metode Pengumpulan Data 56
- G. Teknik Analisis Data 58

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

- A. Gambaran Umum Subjek 61
- B. Sub Tema Temuan Penelitian 64

C. Kesejahteraan Psikologis Pada Santri Pengabdian di Pondok Pesantren

Modern Hidayatussalikin65

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan81

B. Saran83

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR LAMPIRAN

DAFTAR BAGAN

Bagan 1.1 Sub Tema Persubjek

Bagan 1.2 Sub Tema Kesejahteraan Psikologis Pada Santri Pengabdian di Pondok

Pesantren Modern Hidayatussalikin

DAFTAR LAMPIRAN

- Surat Mohon Izin Penelitian
- Surat Keterangan Izin Penelitian
- Lampiran I. Kisi-kisi Wawancara
- Lampiran II. Expert Judgment
- Lampiran III. Transkrip Wawancara
- Lampiran IV. Pengembangan Tema Emergen Subjek
- Lampiran V. Pengembangan Tema Superordinat Subjek
- Lampiran VI. Tabel Antar Pengalaman Subjek
- Lampiran VII. Tabel Induk untuk Tema Semua Partisipan
- Lampiran VIII. Tabel Tema Antar Subjek
- Lampiran IX. Tabel Identifikasi Tema Berulang
- Lampiran X. Lembar Dokumentasi
- Lampiran XI. SK Pembimbing
- Lampiran XII. Surat Keterangan Baca Al-Qur'an
- Lampiran XIII. Kartu Bimbingan Skripsi
- Lampiran XIV. Sertifikat PBAK
- Lampiran XV. Sertifikat KKN
- Lampiran XVI. Sertifikat TOEFL