

**HUBUNGAN QANA'AH TERHADAP PENYESUAIAN DIRI
SANTRI DI PONDOK PESANTREN DAN DARUL AITAM
YAYASAN RAUDLATUL JANNAH WEDUNG DEMAK**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memproleh Gelar Sarjana
Dalam Ilmu Ushuludin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

TIS'ATUN AWALIYAH

NIM: 1604046075

**FAKULTAS USHULUDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG**

2023

DEKLARASI KEASLIAN

DEKLARASI KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tis'atun Awaliyah

NIM : 1604046075

Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora

Judul Skripsi : Hubungan Qana'ah Terhadap Penyesuaian Diri Santri Di Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak

Dengan ini peneliti menyatakan bahwa skripsi ini tidak berisi materi atau tulisan yang pernah diterbitkan oleh orang lain, termasuk juga pemikiran-pemikiran orang lain, kecuali informasi yang peneliti peroleh dari referensi yang menjadi bahan rujukan penelitian ini.

Semarang, 16 Juni 2023



Tis'atun Awaliyah
NIM: 1604046075

HALAMAN PESETUJUAN

HALAMAN PESETUJUAN

HUBUNGAN QANA'AH TERHADAP PENYESUAIAN DIRI SANTRI DI PONDOK PESANTREN DAN DARUL AITAM YAYASAN RAUDLATUL JANNAH WEDUNG DEMAK



SKRIPSI Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar
Sarjana Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

TIS'ATUN AWALIYAH

NIM: 1604046075

Semarang, 23 Juni 2023

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

H. Ulin Ni'am Masruri, Lc., MA.

NIP: 19770502 200901 1020

Pembimbing II

Oti Jembarwati, S.Psi., MA.

NIP: 19750508 200501 2001

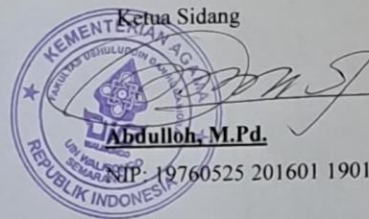
HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Saudara Tis'atun Awaliyah NIM 1604046075 telah dimunaqasahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, pada tanggal:

23 Juni 2023

Dan diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora.



Pembimbing I

Penguji I

H. Ulin Ni'am Masruri, Lc., MA.

NIP: 19770502 200901 1020

Dr. Sulaiman, M.Ag

NIP: 19730627 200312 1 003

Pembimbing II

Penguji II

Oti Jembarwati, S.Psi., MA.

NIP: 19750508 200501 2001

Sri Rejeki, S.Sos.I., M.Si.

NIP: 19790304 200604 2001

Sekretaris Sidang

Tri Utami Oktafiani, M.Phil

NIP: 19931014 201903 2015

MOTTO

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

“Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar” (QS. Al-Baqarah: 155)

TRANSLITERASI

Transliterasi kata-kata Arab yang dipakai dalam penyusunan skripsi ini berpedoman pada “Pedoman Transliterasi Arab Latin” yang dikeluarkan berdasarkan Surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor: 158/1987 dan 0543b/U/1987.

A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
أ	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Ṡa	ṣ	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ḥa	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	d	De
ذ	Ḍal	ḏ	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	r	er
ز	Zai	z	zet
س	Sin	s	es
ش	Syin	sy	es dan ye
ص	Ṣad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Ḍad	ḏ	de (dengan titik di bawah)

ط	Ṭa	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	`ain	`	koma terbalik (di atas)
غ	Gain	g	ge
ف	Fa	f	ef
ق	Qaf	q	ki
ك	Kaf	k	ka
ل	Lam	l	el
م	Mim	m	em
ن	Nun	n	en
و	Wau	w	we
هـ	Ha	h	ha
ء	Hamzah	‘	apostrof
ي	Ya	y	ye

B. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau *monoftong* dan vokal rangkap atau *diftong*.

1. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
َ	Fathah	a	a

ـَ	Kasrah	i	i
ـُ	Dammah	u	u

2. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
...يَ	Fathah dan ya	ai	a dan u
...وَ	Fathah dan wau	au	a dan u

Contoh:

- كَتَبَ kataba
- فَعَلَ fa`ala
- سَأَلَ suila
- كَيْفَ kaifa
- حَوْلَ haula

C. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
...أ...ي...	Fathah dan alif atau ya	ā	a dan garis di atas
...يَ	Kasrah dan ya	ī	i dan garis di atas
...وُ	Dammah dan wau	ū	u dan garis di atas

Contoh:

- قَالَ qāla
- رَمَى ramā
- قِيلَ qīla
- يَقُولُ yaqūlu

D. Ta' Marbutah

Transliterasi untuk ta' marbutah ada dua, yaitu:

1. Ta' marbutah hidup

Ta' marbutah hidup atau yang mendapat harakat fathah, kasrah, dan dammah, transliterasinya adalah "t".

2. Ta' marbutah mati

Ta' marbutah mati atau yang mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah "h".

3. Kalau pada kata terakhir dengan ta' marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka ta' marbutah itu ditransliterasikan dengan "h".

Contoh:

- رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ raudah al-atfāl/raudahtul atfāl
- الْمَدِينَةُ الْمُنَوَّرَةُ al-madīnah al-munawwarah/al-madīnatul munawwarah
- طَلْحَةَ talhah

E. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tanda tasydid, ditransliterasikan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu.

Contoh:

- نَزَّلَ nazzala
- الْبِرُّ al-birr

F. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu ال, namun dalam transliterasi ini kata sandang itu dibedakan atas:

1. Kata sandang yang diikuti huruf syamsiyah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiyah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf “l” diganti dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

2. Kata sandang yang diikuti huruf qamariyah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariyah ditransliterasikan dengan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai dengan bunyinya.

Baik diikuti oleh huruf syamsiyah maupun qamariyah, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanpa sempang.

Contoh:

- الرَّجُلُ ar-rajulu
- الْقَلَمُ al-qalamu
- الشَّمْسُ asy-syamsu
- الْجَلَالُ al-jalālu

G. Hamzah

Hamzah ditransliterasikan sebagai apostrof. Namun hal itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Sementara hamzah yang terletak di awal kata dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.

Contoh:

- تَأْخُذُ ta'khužu

- شَيْءٌ syai'un
- النَّوْءُ an-nau'u
- إِنَّ inna

H. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik fail, isim maupun huruf ditulis terpisah. Hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harkat yang dihilangkan, maka penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

- وَإِنَّ اللَّهَ فَهُوَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ / Wa innallāha lahuwa khair ar-rāziqīn/
Wa innallāha lahuwa khairurrāziqīn
- بِسْمِ اللَّهِ مَجْرَاهَا وَ مُرْسَاهَا / Bismillāhi majrehā wa mursāhā

I. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, di antaranya: huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri dan permulaan kalimat. Bilamana nama diri itu didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Contoh:

- الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ / Alhamdu lillāhi rabbi al-`ālamīn/
Alhamdu lillāhi rabbil `ālamīn
- الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ / Ar-rahmānir rahīm/Ar-rahmān ar-rahīm

Penggunaan huruf awal kapital untuk Allah hanya berlaku bila dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan itu disatukan

dengan kata lain sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf kapital tidak dipergunakan.

Contoh:

- اللهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ Allaāhu gafūrun rahīm
- لِلّٰهِ الْأُمُورُ جَمِيعًا Lillāhi al-amru jamī`an/Lillāhil-amru jamī`an

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, hidayah dan inayah-Nya. Karena atas izin dan pertolongan-Nya peneliti mampu menyelesaikan skripsi dengan penuh semangat dan kerja keras. Shalawat serta salam senantiasa terlimpahkan kehadirat Nabi Muhammad SAW. Naskah skripsi ini dapat peneliti selesaikan atas jasa dan sumbangsih banyak pihak, maka sudah selayaknya peneliti mengucapkan terimakasih yang tulus dan penuh hormat :

1. Prof. Dr. Imam Taufiq, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, yang telah memberikan fasilitas yang baik selama menjadi mahasiswa.
2. Dr. H. Hasyim Muhammad, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, yang telah memberikan izin pengambilan data mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi.
3. Fitriyati, S.Psi., M.Si., Psikolog, dan H. Ulin Ni'am Masruri, M.A pimpinan dan sekretaris program studi Tasawuf dan Psikoterapi yang telah membimbing serta memberi saran kepada peneliti selama menuntut ilmu dan menyusun skripsi.
4. H. Ulin Ni'am Masruri, Lc., MA. selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, mencurahkan tenaga, dan fikiran guna membimbing peneliti hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Oti Jembarwati, S.Psi., MA. selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, mencurahkan tenaga, dan fikiran guna membimbing peneliti hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Para dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, yang telah membekali berbagai ilmu pengetahuan sehingga peneliti mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
7. Para staff dekanat yang senantiasa memberikan peneliti data- data yang dibutuhkan peneliti selama penyusunan skripsi ini.
8. Ayah dan Ibu tercinta yang sudah memberikan dorongan baik moral maupun material, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

9. Keluarga beserta teman-teman yang sudah memberikan dorongan baik moral maupun material, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
10. Bapak dan Ibu Pimpinan Perpustakaan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang beserta stafnya yang telah memberikan izin layanan perpustakaan yang diperlukan dalam penyusunan skripsi ini.
11. Bapak dan Ibu staf dekanat yang senantiasa memberikan peneliti data- data yang dibutuhkan peneliti selama penyusunan skripsi ini.
12. Bapak Shohib, dan Ibu tercinta Wahidah, Bapak Hartomo dan Ibu Tercinta Isrinah, Ibu tercinta Umayyah, Suami terinta Dian Wibowo yang selalu memberi support dan menemani proses mengerjakan skripsi ini serta keluarga besar yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang sudah memberikan dorongan baik moral maupun material, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
13. Para Santri di Pondok Pesantren dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak yang telah membantu memberikan data data yang telah dibutuhkan peneliti selama penyusunan skripsi ini.
14. Teman-teman sehidup dan seperjuangan Sabrina Puspit Sari, Diah Widi Astuti, Madu Amara Gustiani Putri, Afisha Rima Ul Husna yang selalu menemani hari hari dalam susah maupun senang.
15. Teman-teman TP-J 2016 dan teman teman seperjuangan prodi Tasawuf Psikoterapi angkatan 2016.
16. Semua pihak yang secara tidak langsung telah mendukung guna menyelesaikan skripsi ini.

DAFTAR ISI

COVER SKRIPSI.....	i
DEKLARASI KEASLIAN	iii
HALAMAN PESETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO.....	vi
TRANSLITERASI	vii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	xiv
DAFTAR ISI.....	xvi
ABSTRAK.....	xix
DAFTAR TABEL.....	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Tinjauan Pustaka.....	8
F. Sistematika Penulisan	11
BAB II LANDASAN TEORI.....	13
A. QANA'AH.....	13
1. Pengertian Qana'ah.....	13
2. Aspek-Aspek Qana'ah	15
3. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Qana'ah	16
B. PENYESUAIAN DIRI	17
1. Pengertian Penyesuaian Diri	17

2. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri	18
3. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Penyesuaian Diri	20
C. Hubungan Qana'ah dan Penyesuaian Diri	23
D. Hipotesis	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	27
A. Jenis Penelitian	27
B. Variabel Penelitian	27
1. Variabel Independen atau Variabel Bebas (X)	28
2. Variabel Dependen atau Variabel Terikat (Y)	28
C. Definisi Operasional Variabel	28
1. Definisi Operasional Variabel Qona'ah.....	28
2. Definisi Operasional Penyesuaian Diri.....	29
D. Populasi dan Sampel.....	29
1. Populasi.....	29
2. Sampel	29
E. Teknik Pengumpulan Data	31
1. Skala Qona'ah.....	32
2. Skala Penyesuaian Diri	33
F. Uji Validitas.....	34
1. Hasil Uji Validitas Skala Qonaah	35
2. Hasil Uji Validitas Skala Penyesuaian Diri	36
G. Uji Reliabilitas	38
1. Hasil Uji Reliabilitas Skala Qona'ah	39
2. Hasil Uji Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri	39
H. Teknik Analisis Data	40

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	41
A. Deskripsi Data	41
1. Gambaran Umum Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak	41
2. Deskripsi Subjek	43
3. Uji Asumsi Klasik.....	47
4. Uji Hipotesis	49
B. Pembahasan	50
BAB V PENUTUP	54
A. Kesimpulan.....	54
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN	59

ABSTRAK

Seiring dengan bagaimana pola pendidikan dan kegiatan yang ada di pesantren memiliki perbedaan yang signifikan, hal ini kemudian membuat perlu adanya proses penyesuaian diri yang dilakukan oleh santri ketika melanjutkan pendidikan di lingkungan pondok pesantren. Namun pada kenyataannya fenomena yang terjadi santri baru memiliki hambatan dalam penyesuaian dirinya di lingkungan baru. Penyesuaian diri merupakan salah satu syarat penting bagi terciptanya kesehatan mental remaja, banyak remaja yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya karena tidak mampu menyesuaikan diri dengan baik di lingkungannya. Sehingga, perlunya sifat qana'ah agar dapat mempercepat penyesuaian diri pada santri. Dengan memiliki sikap qana'ah, santri diharapkan dapat merasa cukup dengan apa yang mereka miliki, tidak terlalu banyak memikirkan hal-hal yang tidak perlu, dan fokus pada hal-hal yang lebih penting, seperti studi dan ibadah.

Jenis penelitian yang digunakan dalam metode ini adalah penelitian kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah Santri Di Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak yang berjumlah 67 orang. Adapun pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran skala, yang kemudian data tersebut dianalisis menggunakan Uji Korelasi Product Moment menggunakan bantuan SPSS versi 22.0 for Windows. Alat ukur penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala qana'ah dan penyesuaian diri. Metode analisis data menggunakan korelasi sederhana, analisis deskriptif, asumsi klasik, dan uji hipotesis.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan sangat signifikan antara variabel qana'ah dengan variabel penyesuaian diri dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,01$ sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa uji hipotesis dapat diterima. Kemudian diketahui bahwa nilai *pearson correlation* sebesar 0,705 yang dapat diketahui bahwa terdapat korelasi yang tinggi antara hubungan qana'ah dengan penyesuaian diri. Sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi qana'ah individu, maka semakin tinggi penyesuaian dirinya dan semakin rendah qana'ah individu maka semakin rendah penyesuaian dirinya.

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kategori Skala Likert	32
Tabel 2	Blue Print Skala Qona'ah.....	32
Tabel 3	Penyesuaian Diri.....	33
Tabel 4	Hasil Uji Validitas X1	35
Tabel 5	Hasil Uji Validitas Variabel Y	37
Tabel 6	Tabel Hasil Uji Reliabilitas Skala Qona'ah	39
Tabel 7	Hasil Uji Reliabilitas Skala Penyesuaian diri.....	39
Tabel 8	Interval Nilai Korelasi	40
Tabel 9	Nilai Deskriptif statistik	44
Tabel 10	Interval Tingkat Qona'ah Santri	45
Tabel 11	Interval Tingkat Qona'ah Santri	46
Tabel 12	Hasil Uji Normalitas.....	47
Tabel 13	Hasil Uji Linieritas	48
Tabel 14	Interval Nilai Korelasi	49
Tabel 15	Hasil Uji Hipotesis	50

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tasawuf adalah sebuah ilmu yang digunakan untuk mengendalikan dan mengontrol manusia agar dimensi kemanusiaannya tidak tereduksi oleh modernisasi yang mengarah pada anomali nilai-nilai yang bisa membawa manusia pada keunggulan moral. Di sisi lain tasawuf juga memiliki peran sebagai signifikansi dan relevansi bagi problema kehidupan masyarakat modern karena dengan tasawuf bisa membuat seimbang dan memberikan kesejukan batin dan disiplin dalam kehidupan.

Tasawuf memiliki tujuan untuk membentuk akhlakul karimah yang baik, salah satunya untuk mengontrol diri supaya tidak melakukan hal yang berlebihan dalam menginginkan sesuatu, mengendalikan hawa nafsu, dan bisa menjalani hidup dengan qana'ah. Sifat qana'ah adalah hidup penuh dengan rasa syukur dan merasa ridha dengan apa yang dimiliki dan yang tidak dimiliki. Sebagaimana diungkapkan oleh Abu Sulaiman Ad-Darani Qana'ah adalah awal dari ridha dan wara adalah awal dari zuhud.¹

Islam mengajarkan umatnya untuk selalu berperilaku qana'ah dalam kehidupan. Qana'ah adalah suatu sikap yang penuh kerelaan menerima anugerah rezeki dari Allah serta merasa cukup dengan anugerah dari Allah setelah melakukan ikhtiar yang optimal. Perilaku qana'ah adalah karakter yang sangat penting untuk selalu di aplikasikan di tengah kehidupan yang kian modern hari ini.

Pesantren sebagai lembaga pendidikan keagamaan yang mempunyai kekhasan tersendiri dan berbeda dengan lembaga pendidikan lainnya. Pendidikan di pesantren meliputi pendidikan islam, dakwah dan pengembangan kemasyarakatan dan pendidikan lainnya yang sejenis. Para peserta didik pada pesantren disebut sebagai santri yang umumnya menetap di

¹ Abd Karim Ibn Hawazin Al Qusyairi, *Risalah Sufi Al Qusyairiy*, Terj Ahsin Muhammad, (Bandung: Pustaka, 1994). Hlm 106

Pesantren. Tempat dimana para santri menetap di lingkungan pesantren, disebut dengan istilah Pondok.² Pondok pesantren merupakan institusi pendidikan tertua yang ada di Indonesia hingga saat ini masih menjadi “magnet” bagi orangtua untuk mengirim anaknya (calon santri) untuk belajar dan mendalami ilmu agama. Bagi anak atau calon santri hidup di pondok pesantren merupakan sebuah tantangan baru bagi mereka untuk lebih mengenal lingkungan pondok pesantren mereka, sehingga nantinya mereka menjadi lebih nyaman dalam menimba ilmu agama. Untuk merasakan nyaman dalam menimba ilmu agama di pondok pesantren maka setiap santri yang baru masuk di lingkungan pondok pesantren harus dapat sesegera mungkin menyesuaikan dirinya dengan lingkungan dan pola kehidupan di pondok pesantren. Mulai dari bangun tidur, kebiasaan makan, mengurus diri, pola belajar dan kegiatan sekolah formal.

Seiring dengan bagaimana pola pendidikan dan kegiatan yang ada di pesantren memiliki perbedaan yang signifikan, hal ini kemudian membuat perlu adanya proses penyesuaian diri yang dilakukan oleh santri ketika melanjutkan pendidikan di lingkungan pondok pesantren. Penyesuaian diri adalah proses pada individu untuk memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungannya, sehingga tercapainya keseimbangan dalam dirinya dengan lingkungan.³ Namun pada kenyataannya fenomena yang terjadi santri baru memiliki hambatan dalam penyesuaian dirinya di lingkungan baru. Penyesuaian diri merupakan salah satu syarat penting bagi terciptanya kesehatan mental remaja, banyak remaja yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya karena tidak mampu menyesuaikan diri dengan baik di lingkungannya. Penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku, yang merupakan usaha agar individu berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik, dan frustrasi yang di alami di dalam dirinya. Usaha individu tersebut bertujuan untuk

² Qomar Mujamil. (2005), *Pesantren Dari Transformasi Metodologi Menuju Demokratisasi Institusi* (Jakarta: Gelora Aksara Pratama). Hlm.2

³ Sunarto Hartono dan B Agung. (2002), *Perkembangan Peserta Didik* (Jakarta: Rineka Cipta).

memperoleh keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dalam diri dengan apa yang di harapkan oleh lingkungan.⁴

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Lathifah terhadap 70 subjek, pada penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat 16% santri yang tergolong memiliki penyesuaian diri yang tinggi, 21,37% santri yang mempunyai penyesuaian diri yang sedang, dan 63,36% santri dengan penyesuaian diri yang rendah, yang di tunjukkan dengan sikap yang tidak peduli dengan keadaan orang lain, sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan atau teman baru, serta ketika sedang ada masalah lebih suka menyendiri dan tidak peduli dengan lingkungan sekitar.⁵

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Zakiyah dkk. terhadap 97 subjek menunjukkan bahwa penyesuaian diri siswa berada pada kategori tinggi yaitu 43,3% subjek penelitian, 49,49% mempunyai tingkat penyesuaian diri yang sangat tinggi, 5,15% pada kategori sedang, 1,03% pada kategori rendah, dan 1,03% pada kategori sangat rendah pada bulan Oktober 2010. Namun didapatkan hasil yang berbeda pada saat bulan Mei 2010, pada awal masuk asrama Pondok Pesantren siswa mengalami perubahan pada diri dan lingkungannya, siswa merasa sendirian jauh dari orang tua.⁶

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Hendriani, hasil menunjukkan bahwa beberapa permasalahan yang terjadi pada santri baru di Pondok Pesantren adalah permasalahan dalam penyesuaian diri remaja yang tinggal di pondok terutama pada tahun pertama, hampir setiap tahun selalu ada santri yang keluar sebelum lulus atau tetap bertahan namun dalam kondisi terpaksa sehingga sering mengakibatkan santri menunjukkan perilaku yang tidak terarah dan prestasi akademik yang buruk. Penyesuaian diri dipengaruhi

⁴ Ellsa Azma Oktaviani dan Erdina Indrawati. (2019), "Penyesuaian Diri Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepribadian Tangguh Santriwati Tahun Pertama Pondok Pesantren X Cikarang," *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora* 3, no. 2. Hlm. 113.

⁵ Siti Ashlihatul Lathifah. (2015), "Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja Pondok Pesantren Al-Luqmaniyyah Yogyakarta" (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta).

⁶ Naili Zakiyah, Frieda Nuzulia Ratna Hidayati, dan Imam Setyawan. (2010), "Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Berasrama SMP N 3 Peterongan Jombang," *Jurnal Psikologi Undip* 8, no. 2.

oleh banyak faktor, salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah Regulasi Diri.⁷ Hal ini seperti yang dikemukakan oleh Schneider bahwa faktor- faktor yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri yaitu kondisi fisik, kepribadian, proses belajar, lingkungan dan agama/budaya.⁸

Hal tersebut sesuai dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada salah satu pondok pesantren di Demak yaitu kepada pengurus Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak, bahwa permasalahan umum yang terjadi pada santri adalah sebagian santri menunjukkan perilaku yang tidak betah di Pondok dengan menangis, telepon orang tua meminta dijemput, kabur dari pondok, membolos sekolah dan melanggar peraturan yang ada di Pondok yang dari tahun ke tahun hampir sama. Santri yang tidak mampu menyesuaikan dirinya dengan lingkungan Pondok memilih untuk keluar/pindah sekolah, dari ± 200 santri baru putra/putri yang keluar/pindah sekolah berjumlah $\pm 20-25$ siswa. Faktor yang menyebabkan santri tidak betah di Pondok karena keinginan dari orang tua yang bukan dari keinginan diri santri sendiri, banyak kegiatan yang ada di Pondok selain sekolah pagi SMP/SMA ada sekolah sore seperti Diniyah, mengaji setelah sholat magrib dan subuh, banyak hafalan, mengaji kitab dan belajar malam yang biasanya selesai pukul 22.00 WIB. Selain itu penyebab santri tidak betah di pondok karena belum terbiasa makan seadanya yang ada di Pondok yang tidak seperti di rumah, kebiasaan mengantri yang setiap hari dilakukan oleh santri untuk mandi dan makan, selain itu santri tidur dengan kasur yang ada dilantai dengan teman yang satu kamar yang terdapat $\pm 10-25$ orang, dan tinggal sehari bersama dengan teman kamar pondok. Faktor lain yang menyebabkan santri tidak betah di pondok karena terkadang ada beberapa santri yang mempunyai masalah dengan teman satu kamar.⁹

⁷ Meidiana Pritaningrum dan Wiwin Hendriani. (2013), "Penyesuaian Diri Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik Pada Tahun Pertama," *Jurnal psikologi kepribadian dan sosial* 2, no. 3. Hlm. 1363.

⁸ Dias Amartwi Putri Gavinta dan Sri Hartati. (2015), "Asertivitas Dan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran," *Jurnal Empati* 4, no. 4. Hlm. 140.

⁹ Alifi. (2023), "Hasil Wawancara Dengan Pengurus pada 20 Mei 2023 pukul 10.00 WIB" (Demak: Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak).

Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak adalah salah satu pondok pesantren yang terletak di Desa Wedung, Kabupaten Demak, Jawa Tengah, Indonesia. Pondok pesantren ini memiliki banyak santri yang berasal dari berbagai daerah di Indonesia. Dalam hal penyesuaian diri bagi para santri mulai dari santri baru dan santri yang mulai tidak nyaman di pesantren, dilakukan sebuah penanaman karakter untuk mengantisipasi hal tersebut. Santri di pondok pesantren ini ditanamkan memiliki sikap qana'ah untuk melakukan penyesuaian diri yang baik, mengingat mereka tinggal jauh dari keluarga dan lingkungan yang biasa mereka kenal.¹⁰

Qana'ah adalah sikap puas dan merasa cukup dengan apa yang dimiliki. Sikap qana'ah sangat penting dalam kehidupan manusia, terutama dalam menyeimbangkan antara kebutuhan dan keinginan. Di sisi lain, penyesuaian diri adalah kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru atau situasi yang berbeda. Islam mengajarkan pemeluknya untuk selalu berperilaku Qana'ah dalam kehidupan. Qana'ah adalah suatu sikap yang dengan penuh kerelaan menerima anugerah rezeki dari Allah serta merasa cukup dengan anugerah tersebut setelah melakukan ikhtiar yang optimal. Perilaku qana'ah adalah karakter yang sangat urgen sekali untuk diaplikasikan di tengah kondisi karakter bangsa yang sedang terpuruk ini.¹¹

Perlu diketahui bahwa sifat qana'ah bukan berarti meninggalkan ikhtiar, ikhtiar harus tetap dilaksanakan dalam menegakkan sendi-sendi kehidupan. Kalau orang sudah berikhtiar, tetapi ikhtiarnya tidak berhasil maka tidak usah kecewa atau berkecil hati. Malah sebaliknya harus menerima dengan sepenuh hati, dan yakin bahwa Allah akan memudahkan urusan hambanya, karena sifat qana'ah ialah tidak pernah patah semangat atas apa yang telah diterima dan tak lupa untuk mengucap syukur. Hal tersebut juga

¹⁰ Ibid.

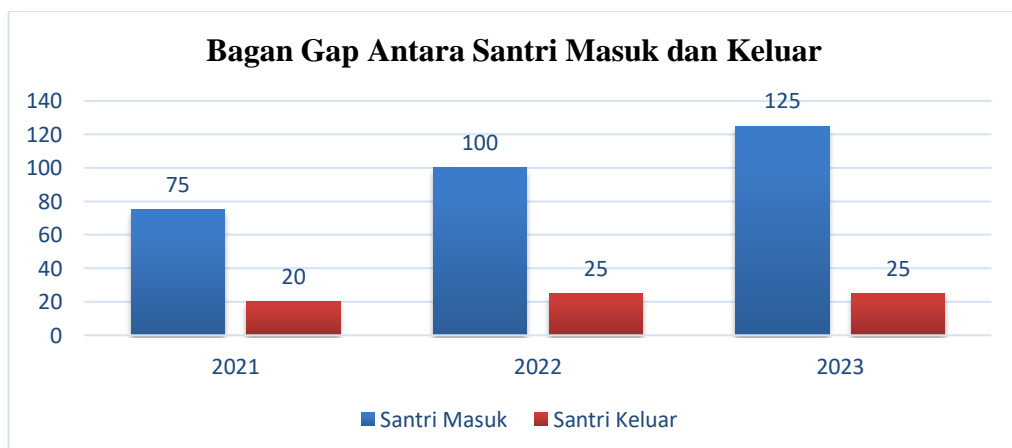
¹¹ Silvia Riskha Fabriar. (2020), "AGAMA, MODERNITAS DAN MENTALITAS: Implikasi Konsep Qana'ah Hamka Terhadap Kesehatan Mental," *Muharrrik: Jurnal Dakwah Dan Sosial* 3, no. 02. Hlm. 227.

sesuai dengan konsep qana'ah hamka yang memiliki lima perkara terkandung di dalam pengertian tentang qana'ah, yaitu :

1. Menerima dengan rela apa yang ada.
2. Memohon kepada Allah tambahan yang pantas dan berusaha.
3. Menerima dengan sabar akan ketentuan Allah.
4. Bertawakal kepada Allah.
5. Tidak tertarik oleh tipu daya dunia.¹²

Peneliti dengan melihat pada penelitian sebelumnya dan realita yang terjadi di Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak dalam konteks ilmiah. Membawa ketertarikan bahwa sikap qana'ah memiliki hubungan positif dengan kemampuan penyesuaian diri pada santri. Penelitian lain yang dilakukan oleh penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa qana'ah dapat membantu seseorang mengatasi stres dan kecemasan yang mungkin muncul dalam situasi yang tidak biasa atau baru.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengurus Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak mengemukakan bahwa terdapat peningkatan yang cukup signifikan. Data tersebut dapat dilihat dari bagan berikut:



Sumber: Wawancara dengan Alifi selaku pengurus Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak¹³

¹² Muhammad Husni Mubarak. (2018), "Qana'ah Sebagai Cara Mencegah Perilaku Hedonis (Perspektif Hamka)," *Skripsi. Semarang: Program Studi Tasawuf Psikoterapi, UIN Walisongo.*

Berdasarkan bagan di atas, terdapat kenaikan yang cukup signifikan antara tahun 2021 sampai dengan 2023. Hal ini dapat diasumsikan bahwa sikap qana'ah dapat membantu santri di Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru dan memperkuat ketahanan mental mereka. Dengan memiliki sikap qana'ah, santri diharapkan dapat merasa cukup dengan apa yang mereka miliki, tidak terlalu banyak memikirkan hal-hal yang tidak perlu, dan fokus pada hal-hal yang lebih penting, seperti studi dan ibadah. Hal ini diharapkan dapat membantu mereka menyeimbangkan antara kebutuhan dan keinginan, serta membantu mereka mengatasi stres dan kecemasan yang mungkin muncul dalam kehidupan di pondok pesantren.

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul *"Hubungan Qana'ah terhadap penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak"*

B. Rumusan Masalah

Dengan melihat latar belakang sebagaimana yang telah di uraikan sebelumnya, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan Qana'ah terhadap penyesuaian diri santri?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, dapat diketahui tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan Qana'ah terhadap penyesuaian diri santri

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan sumbangan ilmu terhadap ilmu tasawuf dan psikoterapi.

2. Manfaat Praktis

¹³ Alifi. (2023), "Hasil Wawancara Dengan Pengurus pada 20 Mei 2023 pukul 10.00 Wib" (Demak: Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak).

- a. Bagi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora sebagai tambahan referensi penelitian dan khasanah keilmuan, khususnya Tasawuf dan Psikoterapi
- b. Bagi santri Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak agar memahamai pentingnya mempunyai sikap qana'ah dan mampu menyesuaikan diri agar dapat menjalani kehidupan di pesantren dengan baik
- c. Bagi pengasuh dan pengurus pondok pesantren agar lebih paham kondisi penyesuaian diri santri
- d. Bagi peneliti sendiri agar mampu mengamalkan ilmu yang telah di dapat selama mengampu mata pelajaran di perkuliahan.

E. Tinjauan Pustaka

Pembahasan mengenai syukur dan penyesuaian diri sudah banyak dilakukan oleh peneliti terdahulu, namun untuk menghindari terjadinya pengulangan hasil temuan dalam bentuk materi dan tulisan lainnya, maka kiranya penting untuk menyebutkan tinjauan pustaka dari peneliti terdahulu yang relevan dengan penelitian yang penulis kaji. Adapun penelitian tersebut adalah:

Pertama, penelitian skripsi dari Titi Sari, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, dengan Judul: “Hubungan Antara Syukur Dengan Kepuasan Citra Tubuh Pada Remaja”. Dalam skripsinya, peneliti menggunakan metodologi penelitian pendekatan kuantitatif, dengan metode deskriptif untuk pengumpulan datanya, dan untuk pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling* (pengambilan sampel berstrata). Subjek penelitian siswa SMU Negeri 4 Bekasi sebanyak 113 subjek dengan spesifikasi usia antara 15 tahun sampai 18 tahun. Untuk instrumen pengumpulan datanya digunakan skala syukur dan skala citra tubuh. Metode analisis data yang digunakan adalah teknik korelasi Product Moment dari Pearson dengan menggunakan progam SPSS versi 11.5 pada komputer. Dari hasil penelitian ini adalah ada korelasi antara syukur dengan kepuasan citra tubuh pada remaja sebesar 0,537 pada taraf signifikansi 0,05 oleh karena itu H_1 diterima dan H_0 di tolak. Tidak ada perbedaan syukur

antara remaja laki-laki dan remaja perempuan, dengan nilai r -hitung sebesar $0,747 < t$ -tabel sebesar 2,000 atau dengan kata lain H_0 diterima dan H_1 ditolak. Dan tidak ada kepuasan citra tubuh antara remaja laki-laki dan perempuan dengan nilai r -hitung sebesar $0,891 < t$ -tabel sebesar 2,000 atau dengan kata lain H_0 diterima dan H_1 ditolak. Maka kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan antara syukur dengan citra tubuh pada remaja, semakin tinggi rasa syukur maka semakin tinggi pula kepuasan citra tubuhnya¹⁴.

Kedua, Penelitian skripsi dari Aulia Rahma, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Malik Ibrahim, dengan Judul: “Hubungan Penyesuaian Diri dengan Kemandirian Belajar pada siswa kelas X SMA *Excellent* Al-Yasini yang tinggal di Pondok Pesantren”. Dalam skripsinya peneliti menggunakan paradigma penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Adapun sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMA *Excellent* Al-Yasini yang tinggal di Pondok Pesantren. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini adalah menggunakan angket. Data yang di peroleh kemudian dianalisa validitas realibilitasnya kemudian di kategorisasikan dan dilakukan analisis kolerasi *product moment*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan terdapat hasil analisa siswa kelas X SMA *Excellent* Al-Yasini yang memiliki tingkat penyesuaian diri yang sedang dengan prosentase 74% dan memiliki tingkat kemandirian belajar yang sedang dengan prosentase 69%. Taraf signifikan kedua variabel tersebut adalah 0,000 (0,05) sehingga berkorelasi secara signifikan. Korelasi antara penyesuaian diri dan kemandirian belajar adalah 0,694 menunjukkan bahwa terjadi hubungan yang cukup signifikan antara penyesuaian diri dengan kemandirian belajar. Arah hubungan (r) adalah positif, artinya semakin tinggi tingkat dukungan penyesuaian diri maka semakin tinggi pula tingkat kemandirian belajar pada siswa kelas X SMA *Excellent* Al-Yasini yang tinggal di Pondok Pesantren¹⁵.

¹⁴ Titi Sari, *Hubungan Antara Syukur dengan Kepuasan Citra Tubuh Annita Susilowati*, (Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2007)

¹⁵ Aulia Rahma, *Hubungan Penyesuaian Diri dengan Kemandirian Belajar pada siswa kelas X SMA Excellent Al-Yasini yang tinggal di Pondok Pesantren*, (Malang: Fakultas Psikologi Universitas Negeri Malik Ibrahim, 2016)

Ketiga, Penelitian skripsi dari Izura Rochma, mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta, dengan judul “Hubungan Antara Kebersyukuran Makna Hidup Pada Pensiunan”. Dalam skripsinya peneliti menggunakan Penelitian Kuantitatif ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan makna hidup pada pensiunan. Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 30 subjek (26 pria dan 4 wanita) yang masuk dalam kategori usia (55 – 90 tahun) dan tahun pensiun mulai dari 1986 – 2015. Penelitian ini menggunakan teori makna hidup yang dikemukakan oleh Frankl (Bastaman, 2007) dan teori kebersyukuran yang dikemukakan oleh Al-Munajjid (2006). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dengan makna hidup pada pensiunan dengan nilai $p = 0,014$ & dan nilai $r = 0,442$, yang menjelaskan bahwa semakin tinggi tingkat kebersyukuran seseorang maka semakin tinggi pula makna hidupnya¹⁶.

Keempat, Penelitian skripsi dari Hayati Indah Nadzifah, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, dengan judul: “Hubungan Syukur dengan Kebahagiaan pada Penyandang Cacat Netra di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Netra Malang”. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan menggunakan uji korelasi spearman dengan taraf signifikansi 0,565 untuk mengetahui hubungan antara syukur dan kebahagiaan. Pengambilan sample dilakukan dengan random sederhana dengan jumlah sampel 37 penyandang cacat netra di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Netra Malang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 73% penyandang cacat netra mengalami kondisi syukur pada taraf tinggi, sedangkan yang berada pada tingkat sedang adalah 19% dan sebanyak 8% pada tingkat rendah. Pada variabel *kebahagiaan* didapatkan kesimpulan bahwa 75,7%, penyandang cacat netra mempunyai tingkat kebahagiaan pada taraf tinggi dan untuk taraf sedang sebesar 16,2%, sedangkan prosentase tingkat *kebahagiaan* pada taraf rendah adalah sebesar 8,1%. Hasil uji korelasi

¹⁶ Izura Rochma, *Hubungan Antara Kebersyukuran Makna Hidup Pada Pensiunan*, (Yogyakarta: Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia Yogyakarta, 2016)

antara syukur dan *kebahagiaan* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara syukur dan *kebahagiaan*, dengan prosentase keeratan hubungan sebesar 47,4%, dan syukur mempengaruhi *kebahagiaan* sebesar 36,3%, sedangkan 63,7% lainnya dipengaruhi oleh faktor selain syukur yang tidak dibahas pada penelitian ini.¹⁷

Berdasarkan penelitian terdahulu di atas, belum ada penelitian yang khusus membahas tentang hubungan antara qana'ah dengan penyesuaian diri pada santri. Sehingga, penelitian ini sangat penting untuk dilaksanakan. Harapannya, penelitian ini dapat bermanfaat serta menjadi rujukan bagi peneliti lain yang ingin meneliti topik yang serupa.

F. Sistematika Penulisan

Untuk memudahkan dan mensistematisasi pembahasan dalam penelitian ini, maka penelitian di bagi menjadi lima bab, sebagai berikut:

Bab *Pertama*, berisi pendahuluan. Yang berisi ketertarikan peneliti mengenai hubungan qana'ah terhadap penyesuaian diri santri. Dalam pendahuluan ini di uraikan mengenai latar belakang masalah yang kemudian di batasi dengan rumusan masalah. Berikutnya diuraikan juga mengenai tujuan dan manfaat penelitian. Selanjutnya untuk mengetahui signifikansi penelitian di bandingkan dengan penelitian sebelumnya serta memperdalam pengetahuan mengenai persoalan yang akan di teliti. Oleh karena itu, di dalam pendahuluan di uraikan tentang kajian pustaka. Yang selanjutnya sistematika penulisan juga di uraikan dalam bab ini, sekaligus sebagai penutup pada bab pertama.

Bab *Kedua*, berisi landasan teori. Pada bab ini peneliti akan menguraikan pembahasan mengenai qana'ah dan penyesuaian diri. Pembahasan mengenai Qana'ah meliputi pengertian qana'ah, aspek-aspek qana'ah, macam-macam qana'ah, dan faktor-faktor yang mempengaruhi qana'ah. Dan pembahasan mengenai penyesuaian diri dari Scheinders (1964) yang akan meliputi, pengertian penyesuaian diri, aspek-aspek penyesuaian diri, dan faktor-faktor penyesuaian diri. Setelah kedua uraian teori tersebut

¹⁷ Indah Nadzifah Hayati. *Hubungan Syukur dengan Kebahagiaan pada Penyandang Cacat Netra di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Netra Malang*. (Malang: Fakultas Psikologi Universitas Maulana Malik Ibrahim, Malang), 2016.

akan dipaparkan mengenai hubungan qana'ah dan penyesuaian diri serta ada hipotesis sebagai penutup bab kedua.

Bab *Ketiga*, merupakan pembahasan mengenai metodologi penelitian. Pada bab ini peneliti akan menguraikan tentang jenis penelitian, variabel penelitian, definisi operasional variabel, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data, uji validitas, uji reliabilitas dan teknik analisis data sebagai penutup pada bab ketiga.

Bab *Keempat*, berisi hasil dan pembahasan. Pada bab ini peneliti akan memaparkan kondisi objektif pondok pesantren, yaitu berupa sejarah berdirinya Pondok Pesantren, visi, misi dan tujuan di bentuknya pondok pesantren tersebut. Struktur kepengurusan, keadaan kyai dan santri, serta fasilitas pondok pesantren tersebut. Disamping itu, peneliti juga akan mengemukakan hasil dari penelitian ini.

Bab *Kelima*, berisi penutup dari penelitian. Pada bab ini peneliti akan menguraikan kesimpulan dari penelitian yang dilakukan dan saran-saran yang di maksudkan sebagai rekomendasi untuk kajian lebih lanjut.

BAB II LANDASAN TEORI

A. QANA'AH

1. Pengertian Qana'ah

Secara bahasa Qana'ah berasal dari kata *Qani'* (قَانِعٌ) adalah bentuk isim *Fa'il* dari kata kerja Qana'a (قَنَّعَ) yang berarti menerima sesuatu dengan lapang dada. Qani'a Yqna'u – Qana'ah (قَنَّعٌ - يَقْنَعُ - قَنَاعَةٌ) berarti puas dan senang.¹⁸ Dalam kamus *Lisanul 'Arabi* (قَنَّعٌ - قَنَاعَةٌ) artinya Ridha.¹⁹ Sedangkan dalam kamus Al Munawwir (القناعة) artinya kepuasan.²⁰

Secara Istilah Qana'ah dimaknai menerima ketika berada dalam ketiadaan atau tidak memiliki apa yang diinginkan.²¹ Qana'ah adalah sebuah bentuk kekayaan jiwa lebih tinggi dan lebih mulia dari kekayaan harta. Kekayaan jiwa melahirkan sikap menjaga kehormatan diri dan menjaga kemuliaan diri, sedangkan kekayaan harta dan tamak pada harta melahirkan kehinaan diri.²²

Rasulullah juga menjelaskan bahwa Qana'ah adalah harta yang tidak pernah sirna. Sebagaimana sabdanya yang berarti:

“Dari Abu Hurairah berkata: Rasulullah SAW bersabda: Jadilah orang yang wara', maka engkau akan menjadi orang yang paling berbakti kepada Allah, jadilah engkau orang yang menerima pemberian-Nya (qanâ'ah), maka engkau akan menjadi orang yang paling bersyukur, cintailah manusia sebagaimana kamu mencintai dirimu sendiri, maka engkau akan menjadi orang

¹⁸ M Quraish Shihab. (2007), *Ensiklopedia Al-Qur'an: Kajian Kosakata* (Jakarta: Lentera Hati). Hlm. 756

¹⁹ Al Alamah Ibnu Mdzahir. (2002), *Kamus Bahasa Arab* (Damaskus: dar al fikri). Hlm. 511.

²⁰ Warson Munawir. (1997), *Kamus Arab-Indonesia Terlengkap* (Cet. II. Surabaya: Pustaka Progresif). Hlm. 505

²¹ Mahmudah Noorhayati. (2016), “Konsep Qonaah Dalam Mewujudkan Keluarga Sakinah Mawaddah Dan Rahmah,” *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 7, no. 2. Hlm. 62.

²² Muhammad Abdul Qadir dan Abu Faris. (2005), *Menyucikan Jiwa* (Jakarta: Gema Insani). Hlm. 242

yang beriman, perbaikilah dalam hidup bertetangga dengan tetanggamu, engkauakan menjadi orang muslim, dan sedikitlah tertawa, karena banyak tertawa akan mematikan hati.” (HR. Ibnu Mâjah)

Bisyar al-Hafi (W. 841 M) berkata, “*Qana’ah* ibarat raja yang tidak mau bertempat tinggal kecuali dihati orang mukmin”. Dasar bangunan qana’ah adalah zuhud terhadap dunia, karena terhindar dari dunia adalah kebahagiaan dan pemburu dunia adalah suatu kelemahan. Maka bagi orang yang telah menyadari, bahwa harta hendak ditinggalkan pada ahli waris dan akan rusak karena perubahan, seharusnya zuhudnya lebih kuat dari cintanya terhadap dunia.²³

Menurut Hamka qana’ah merupakan merasa cukup. Sifat qana’ah ini hanya dimiliki oleh orang yang bisa menerima apa adanya dengan apa yang telah diberikan Allah SWT kepadanya. Tidak akan mudah terpengaruh atau tergiur dengan kemewahan dan kekayaan yang dimiliki oleh orang lain, karena dia sendiri sudah merasa cukup dengan keadaannya. Sifat qana’ah ini dapat menghindari seseorang dari perilaku-perilaku buruk didunia ini.²⁴ Qana’ah disini ialah bukan hanya berpangku tangan dan pasrah dalam menerima keadaan, namun qana’ah yang dimaksudkan tersebut juga dapat difungsikan sebagai cara untuk menjaga kesederhanaan dari hati agar tetap dalam ketentraman, agar terhindar dari beberapa lenanya dunia, serta tidak berorientasi pada harta saja. Karena orang yang qana’ah telah memagar hartanya sekedar apa yang ada di dalam tangannya dan tidak menjalar pikirannya kepada yang lain.²⁵

Qana’ah dalam arti sesungguhnya mencukupkan diri dari apa yang sudah Allah berikan bukan menerima saja apa yang ada, anggapan seperti itulah yang menjadikan manusia tidak mau berusaha dan malas dalam menjalani kehidupannya.²⁶ Qana’ah sesungguhnya tidak bertujuan untuk

²³ Asabim Syata dan As-Sayyid Abu Bakar. (1997), *Menapak Jejak Kaum Sufi* (Surabaya: Dunia Ilmu). Hlm.51

²⁴ Hamka. (2015), *Tafsir Al Azhar* (Jakarta: Gema Insani). Hlm. 34.

²⁵ Hamka. (1995), *Tasawuf Modern* (Jakarta: Pustaka Pustaka Panji Masyarakat). Hlm

267

²⁶ Ibid. Hlm. 267

melemahkan hati, memalaskan pikiran, mengajak berpangku tangan. Akan tetapi qana'ah dalam menurut Hamka ini ditujukan sebagai modal yang paling teguh untuk menjalani kehidupan, untuk menimbulkan gairah kesungguhan hidup dalam mencari rezeki. Qana'ah perspektif Hamka ialah menjadikan manusia untuk percaya betul-betul, akan adanya kekuasaan yang melebihi kekuasaan manusia itu sendiri, yaitu kekuasaan ilahi (kekuasaan Allah), janganlah takut, ragu dan gentar, percaya serta tidak usah merasa jengkel ataupun ketika keinginan yang dicapai belum terwujud, apalah arti ragu-ragu, padahal semuanya sudah tertulis dalam zaman azali.²⁷

2. Aspek-Aspek Qana'ah

Menurut Hamka terdapat beberapa aspek-aspek qana'ah yaitu:

a. Menerima apa adanya

Menerima apa adanya adalah menanggapi segala sesuatu yang telah terjadi dengan lapang dada dan ikhlas atas kehendak Allah SWT. Maksud dari menerima apa adanya adalah dalam artian yang positif, bukan dalam artian menyerah begitu saja tanpa melakukan usaha melainkan menerima hasil yang diluar kemampuan usaha yang telah dilakukannya.

b. Sabar dan berserah

Dapat diartikan bahwa, rasa sabar dalam menjalankan segala proses yang ingin dicapai, maupun sikap sabar dalam menjalani ujian yang dihadapi, adapun berserah diartikan sebagai menyerahkan diri sepenuhnya kepada Allah SWT. Lebih tepatnya berserah adalah rasa optimis akan pertolongan Allah SWT.

c. Selalu bersyukur

Selalu bersyukur merupakan wujud terimakasih kepada Allah SWT, atas segala nikmat yang telah diberikan maupun capaian yang diperoleh. Bersyukur dapat di aplikasikan dengan ucapan maupun prilaku. Adapun seorang muslim percaya apabila kita bersyukur

²⁷ Ibid. Hlm. 270

terhadap segala nikmat maka Allah SWT, akan melipatgandakan segala nikmat yang telah diberikan

d. Selalu berusaha

Selalu berusaha dimaknai sebagai upaya dalam meraih sesuatu yang diinginkan maupun usaha dalam memecahkan berbagai persoalan yang terjadi. Dalam ajaran islam seorang yang berusaha dalam hidupnya disebut dengan Ikhtiar.²⁸

Berdasarkan aspek-aspek yang telah dikemukakan di atas, maka pada penelitian ini menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Hamka yaitu: a) menerima apa adanya, b) sabar dan berserah, c) selalu bersyukur, d) selalu berusaha. untuk dijadikan alat ukur dalam penelitian ini.

3. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Qana'ah

Sifat qana'ah menurut Quraish Shihab dapat tercapai jika seseorang memiliki beberapa faktor berikut dalam dirinya:

a. Berusaha secara maksimal dengan cara yang halal

Seseorang dapat dikatakan memiliki sifat qanâ'ah jika terlebih dahulu melakukan usaha atau ikhtiar secara maksimal dalam mencari rezeki. Bahkan al-Quran menyatakan bekerja adalah bagian dari ekspresi syukur, dalam firman Allah

“...bekerjalah wahai keluarga Dawud untuk bersyukur (kepada Allah). Dan sedikit sekali dari hamba-hamba-Ku yang bersyukur.” (QS. Saba' :13).

Dalam hal ini maksud dari bekerja ialah menggunakan nikmat yang diperoleh sesuai dengan tujuan penciptaan atau penganugerahannya. Maka nikmat yang diperoleh menuntut penerimanya agar merenungkan tujuan dianugerahkannya nikmat tersebut.

b. Bertawakal

Menurut Quraish Shihab, tawakal bukan berarti penyerahan mutlak kepada Allah, namun penyerahan tersebut didahului dengan

²⁸ Ibid. Hlm. 267

usaha manusiawi. Seorang muslim dituntut untuk berusaha, tetapi pada saat yang sama dituntut pula untuk berserah diri kepada Allah swt. Manusia harus berusaha dalam batas-batas yang dibenarkan, disertai dengan ambisi yang meluap-luap untuk meraih sesuatu. Akan tetapi, ketika gagal meraihnya, jangan meronta atau berputus asa serta meluapkan anugerah Tuhan yang selama ini diterima. Sehingga bertawakal dapat memperkuat keimanan yang diiringi dengan sabar akan ketentuan Allah merupakan pondasi yang dapat melahirkan sifat qanâ'ah.

c. Bersyukur

Secara bahasa, syukur berasal dari kata “syakara” yang berarti pujian atas kebaikan dan penuhnya sesuatu. M. Quraish Shihab menjelaskan bahwa kata “syukur” mengandung arti gambaran dalam benak tentang nikmat dan menampakkannya ke permukaan. Sedangkan menurut istilah syara', syukur adalah pengakuan terhadap nikmat yang dikaruniakan Allah disertai dengan kedudukan kepadanya dan mempergunakan nikmat tersebut sesuai dengan tuntunan dan kehendak Allah. Seorang yang qanâ'ah terhadap rezeki yang diterima niscaya akan bersyukur kepada Allah, sebaliknya ketika tidak memiliki rasa syukur hanyalah perasaan selalu merasa kurang.²⁹

Dari penjelasan diatas dapat diketahui bahwa qana'ah dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu : Berusaha secara maksimal dengan cara yang halal, bertawakal, dan bersyukur

B. PENYESUAIAN DIRI

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Schneiders mengatakan bahwa penyesuaian diri (*adjustment*) adalah suatu proses dimana individu berusaha keras untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri, ketegangan, perasaan frustrasi, dan konflik secara mandiri dengan tujuan untuk mendapatkan keharmonisan

²⁹ M Quraish Shihab. (2007), *Secercah Cahaya Ilahi: Hidup Bersama Al-Quran* (Mizan Pustaka) Hlm. 173-174

dan keselarasan antara tuntutan lingkungan dimana individu tersebut itu tinggal dengan tuntutan yang ada di dalam dirinya.³⁰

Menurut Calhoun bahwa penyesuaian diri didefinisikan sebagai interaksi yang berkelanjutan dengan diri sendiri, yaitu apa yang telah ada pada diri setiap individu mengenai tubuh, perilaku, pemikiran, serta perasaan terhadap orang lain dan dengan lingkungan sekitar.³¹ Mappiare mengatakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu usaha yang dilakukan seorang individu agar dapat diterima suatu kelompok dengan cara mengikuti kemauan kelompok tersebut.³² Begitupun menurut Haber dan Runyon menyatakan bahwa penyesuaian diri merupakan proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah tingkah laku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dan lingkungannya.³³

2. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri

Schneiders mengungkapkan bahwa penyesuaian diri meliputi aspek sebagai berikut :

a. Pengakuan (*Recognition*)

Pengakuan adalah menghormati dan menerima hak-hak orang lain. Dalam hal ini menurut Schneiders individu harus mampu menerima hak-hak orang lain yang berbeda dengan dirinya untuk menghindari terjadinya konflik sosial.

b. Partisipasi (*Participation*)

Partisipasi adalah melibatkan diri dalam berelasi. Setiap individu harus dapat mengembangkan dan memelihara sebuah hubungan persahabatan. Individu yang tidak mampu membangun

³⁰ Pritaningrum dan Hendriani, "Penyesuaian Diri Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik Pada Tahun Pertama." Hlm. 137

³¹ Pebrianti Beti Rahayu. (2018), "Kajian Tentang Adaptasi Santri Baru Di Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Perspektif Psikologi Sosial," *Jurnal Kreativitas Mahasiswa* 1, no. 1. Hlm. 2.

³² Fani Kumalasari dan Latifah Nur Ahyani. (2012), "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan," *Jurnal Psikologi: PITUTUR* 1, no. 1: 19–28.

³³ Ida Ayu Ratih Tricahyani dan Putu Nugrahaeni Widiasavitri. (2016), "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja Awal Di Panti Asuhan Kota Denpasar," *Jurnal Psikologi Udayana* 3, no. 3. Hlm. 545.

relasi dengan orang lain dan lebih menutup diri akan menghasilkan penyesuaian diri yang buruk.

c. Persetujuan Sosial (*Social Approval*)

Persetujuan Sosial adalah minat dan simpati terhadap kesejahteraan orang lain. Dimana individu dapat peka dengan masalah dan kesulitan orang lain di sekelilingnya serta bersedia memberikan bantuan untuk meringankan masalah.

d. Altruisme (*Altruism*)

Altruisme adalah memiliki sifat rendah hati dan tidak egois. Individu harus mengembangkan rasa saling membantu dan mementingkan orang lain yang merupakan nilai dari penyesuaian moral yang baik.

e. Kesesuaian (*Conformity*)

Kesesuaian adalah menghormati dan menaati nilai-nilai integritas hukum, tradisi, dan kebiasaan. Individu harus memiliki kesadaran penuh untuk mematuhi dan menghormati peraturan dan tradisi yang berlaku di lingkungan tempat tinggalnya agar dapat diterima dengan baik oleh lingkungannya.³⁴

Baker dan Siryk mengungkapkan aspek-aspek penyesuaian diri individu di lingkungan perguruan tinggi yaitu :

a. Penyesuaian akademik (*Academic Adjustment*)

Penyesuaian akademik adalah kemampuan mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan perkuliahannya dan dapat mencapai prestasi akademik.

b. Penyesuaian Sosial (*Social Adjustment*)

Penyesuaian sosial adalah kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri di lingkungan kampus termasuk di dalamnya bagaimana individu mampu terlibat hubungan dengan orang lain di lingkungan kampus.

³⁴ Alexdaner A Schneiders. (1955), *Personal Adjustment dan Mental Health* (New York: Rinehart).

c. Penyesuaian Emosional (*Emotional Adjustment*)

Penyesuaian emosional adalah kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri terhadap masalah emosional yang di hadapi di lingkungan kampus.

d. Kelekatan terhadap Institusi / komitmen (*Institutional Attachment*)

Komitmen adalah kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan cara membangun kelekatan diri dengan kegiatan perkuliahan yang akan berpengaruh dalam keputusan untuk melanjutkan perkuliahan.³⁵

Berdasarkan yang telah dipaparkan oleh Schneiders (1964) bahwa penyesuaian diri terdiri aspek-aspek yaitu Pengakuan, Partisipasi, Pengakuan Sosial, Altruisme, Kesesuaian. Sedangkan, menurut Baker dan yang berfokus pada penyesuaian diri mahasiswa baru, aspek dari penyesuaian diri yaitu penyesuaian akademik, penyesuaian sosial, penyesuaian emosional, serta kelekatan terhadap institusi/komitmen. Pada penelitian ini akan menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Scheniders karena dianggap paling sesuai untuk subjek Santri untuk melihat hubungan perilaku qana'ah terhadap penyesuaian diri santri di Pondok pesantren.

3. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri adalah sebagai berikut :

a. Keadaan Fisik

Kondisi fisik seorang individu dapat mempengaruhi penyesuaian diri, sebab keadaan sistem kekebalan tubuh dapat menjadi faktor penunjang kelancaran individu dalam melakukan penyesuaian diri. Kondisi fisik yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri individu

³⁵ Harun Al Rasyid dan Achmad Chusairi. (2021), "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Universitas Airlangga," *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental* 1, no. 2. Hlm. 1308.

mencakup hereditas, konstitusi fisik, sistem saraf, kelenjar dan otot, ataupun penyakit.

b. Perkembangan dan Kematangan

Pada setiap tahap perkembangan seorang individu akan melakukan penyesuaian diri yang berbeda-beda menurut kondisi saat itu, hal tersebut dikarenakan kematangan individu dalam segi intelektual, sosial, moral dan emosi yang mempengaruhi bagaimana individu melakukan penyesuaian diri. Perkembangan dan kematangan yang dimaksud mencakup kematangan intelektual, kematangan sosial, kematangan moral, dan emosional.

c. Keadaan Psikologis

Keadaan mental yang sehat dapat menciptakan penyesuaian diri yang baik pada individu. Keadaan mental yang baik akan mendorong individu untuk memberikan respon yang selaras dengan dorongan internal maupun tuntutan yang didapatkannya dari lingkungan. Faktor psikologis pada individu mencakup pengalaman, perasaan, belajar, kebiasaan, self determination, frustrasi, dan konflik.

d. Keadaan Lingkungan

Keadaan lingkungan yang damai, tentram, penuh penerimaan dan dukungan, serta mampu memberi perlindungan merupakan lingkungan yang dapat memperlancar proses penyesuaian diri pada individu. Faktor lingkungan mencakup lingkungan keluarga, rumah, dan lingkungan belajar (sekolah).

e. Tingkat Religiusitas dan Kebudayaan

Religiusitas dapat memberikan suasana psikologis yang digunakan untuk mengurangi konflik, frustrasi dan ketegangan psikis lain, karena religiusitas memberi nilai dan keyakinan pada individu untuk memiliki arti, tujuan, dan stabilitas dalam hidup. Begitupun

dengan kebudayaan pada suatu masyarakat yang merupakan faktor yang mempengaruhi watak dan perilaku individu dalam bersikap.³⁶

Powell mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yang disebut sebagai resources, yaitu :

a. Faktor Internal

1) Kemampuan dan kekuatan Fisik

Secara umum kesehatan, tingkat energi, dan daya sembuh seorang individu sangat berperan dalam menghadapi persoalan yang sedang dialami.

2) Kemampuan Kognitif

Kemampuan kognitif seorang individu seperti kemampuan memecahkan masalah dan kemampuan verbal seringkali membuat individu tidak membutuhkan bantuan profesional dalam memecahkan masalah dalam hidupnya.

3) Minat

Minat dapat berfungsi sebagai buffer (penahan) yang bisa meminimalkan dan membantu individu dalam mentolerir ketegangan yang di sebabkan oleh permasalahan yang sedang dialami sehingga dapat membantu mempertahankan penyesuaian diri individu.

4) Impian

Impian dapat berupa cita-cita, tujuan hidup ataupun persepsi individu terhadap dirinya sendiri. Dengan memiliki mimpi maka individu dapat memusatkan diri untuk tetap bertahan menghadapi permasalahan di hidupnya dan merasa bahwa yang dilakukan adalah berharga.

5) Keyakinan

Keyakinan adalah yang di yakini seorang individu lebih berkuasa daripada dirinya sendiri bisa berupa agama ataupun tradisi. Dengan memiliki sebuah keyakinan maka individu akan

³⁶ Schneiders, *Personal Adjustment dan Mental Health*.

selalu memiliki harapan dan tempat bergantung yang membuatnya selalu bertahan dan berjuang.

b. Faktor Eksternal

1) Kemampuan ekonomi dan lingkungan

Kemampuan ekonomi dan lingkungan termasuk kedalam biaya, sarana dan fasilitas yang dimiliki, serta informasi-informasi yang dibutuhkan. Ketersediaan dan kemudahan dalam memperoleh hal tersebut membantu mempermudah individu dalam menyelesaikan masalahnya.

2) Kerja

Bekerja dapat membantu seorang individu untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, bergaul dengan orang lain (memiliki hubungan pertemanan), dan membuat dirinya merasa mampu melakukan sesuatu yang berharga bagi dirinya sendiri.³⁷

Berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri menurut Schneiders bahwa terdapat faktor-faktor seperti keadaan fisik, perkembangan dan kematangan, keadaan psikologis, keadaan lingkungan, serta kebudayaan dan tingkat religiusitas. Sedangkan, menurut Powell faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri dibagi menjadi dua yaitu faktor internal berupa kemampuan dan kekuatan fisik, kemampuan kognitif, minat, impian, dan keyakinan, serta faktor eksternal yaitu, serta kemampuan ekonomi dan lingkungan, dan juga kerja. Pada penelitian ini akan mengacu pada faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Schneiders khususnya dilihat dari bagaimana sikap qana'ah santri mempengaruhi terhadap penyesuaian dirinya dengan pesantren.

C. Hubungan Qana'ah dan Penyesuaian Diri

Bagi setiap santri, penyesuaian diri dengan keadaan yang ada di pesantren adalah sebuah hal yang harus dilakukan. Adaptasi dengan

³⁷ Nina Nadya Mantyawati et al. (2022), "Efikasi Diri Dan Penyesuaian Diri Pada Peserta Didik Kelas VII," *PSIMPHONI* 3, no. 2. Hlm. 133.

lingkungan sosial pesantren, adaptasi dengan jadwal kegiatan pesantren, dan hal-hal lain yang memerlukan adaptasi bagi seorang santri dengan pesantren. Hal-hal yang berkaitan dengan adaptasi ini lah yang kemudian menjadi sebuah faktor penentu penting bagi seorang santri akan betah atau tidak berada di pondok pesantren.

Oleh sebab itu pesantren perlu menanamkan karakter-karakter kepesantrenan kepada para santri nya, salah satu karakter yang ditanamkan adalah karakter qana'ah dalam menerima segala hal yang ada di pesantren. Menurut penelitian Wildatul Ula tentang gaya hidup Qana'ah pada santri Pondok Pesantren menunjukkan bahwa gaya hidup yang diterapkan pondok pesantren adalah menerima dengan rela apa yang memohon tambahan yang sepatasnya kepada Allah dengan dibarengi usaha, menerima dengan sabar akan ketentuan Allah, bertawakal kepada Allah, tidak tertarik oleh tipu daya dunia, adalah sebuah hal penting yang bisa membangun *self image positif* bagi santri.³⁸

Qana'ah adalah sikap merasa cukup dengan apa yang dimiliki dan tidak terus-menerus merasa tidak puas atau tidak cukup. Qana'ah merupakan konsep yang penting dalam Islam dan banyak disebutkan dalam Al-Quran dan hadis. Qana'ah juga dianggap sebagai kunci kebahagiaan dan keberhasilan dalam hidup.³⁹

Penyesuaian diri santri di pondok pesantren adalah proses adaptasi dan penyesuaian diri santri dengan lingkungan dan aturan-aturan yang berlaku di pondok pesantren. Proses ini sangat penting karena pondok pesantren memiliki tata nilai dan aturan yang berbeda dengan lingkungan sosial di luar pondok pesantren. Dalam proses penyesuaian diri ini, santri diharapkan

³⁸ Wildatul Ula. (2022), "Gaya Hidup Qana'ah Dalam Membentuk Self Image Positif Santri Pondok Pesantren Nurul Ulum Cindogo Tapen Bondowoso" (UIN KH Achmad Siddiq Jember).

³⁹ Muhammad Abdul Qadir dan Abu Faris. (2005), *Menyucikan Jiwa* (Jakarta: Gema Insani). Hlm 242

mampu menginternalisasi nilai-nilai agama dan sosial yang ada di pondok pesantren.⁴⁰

Qana'ah merupakan konsep penting dalam Islam dan juga sangat relevan dengan kehidupan santri di pondok pesantren. Sikap qana'ah dapat membantu santri untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dan aturan yang ada di pondok pesantren. Santri yang memiliki sikap qana'ah cenderung lebih mudah merasa cukup dengan apa yang dimilikinya dan tidak terus-menerus merasa tidak puas. Sikap qana'ah juga dapat membantu santri untuk lebih fokus pada proses penyesuaian diri dan tidak terlalu memikirkan kekurangan atau kekurangan yang dimilikinya. Hal ini dapat membantu santri untuk lebih fokus pada pengembangan diri dan pencapaian tujuan belajar di pondok pesantren.⁴¹

Di sisi lain, proses penyesuaian diri santri di pondok pesantren juga dapat memperkuat sikap qana'ah pada diri santri. Proses penyesuaian diri yang dilakukan santri dapat membantu santri untuk lebih menghargai apa yang dimilikinya dan merasa cukup dengan kondisi yang ada. Proses penyesuaian diri juga dapat membantu santri untuk lebih mengenal dirinya sendiri dan meningkatkan kesadaran diri.

Sikap qana'ah dapat membantu santri untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dan aturan yang ada di pondok pesantren. Sikap qana'ah dapat membantu santri untuk lebih fokus pada pengembangan diri dan pencapaian tujuan belajar di pondok pesantren. Di sisi lain, proses penyesuaian diri santri di pondok pesantren juga dapat memperkuat sikap qana'ah pada diri santri

D. Hipotesis

Berikut adalah hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini:

1. Hipotesis Nihil (H_0): tidak terdapat korelasi signifikan antara Qana'ah dan Penyesuaian Diri pada Santri Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak

⁴⁰ Pritaningrum dan Hendriani, "Penyesuaian Diri Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik Pada Tahun Pertama.". Hlm. 142

⁴¹ Hamka. (1995), *Tasawuf Modern* (Jakarta: Pustaka Pustaka Panji Masyarakat). Hlm. 267

2. Hipotesis Alternatif (H_a): terdapat korelasi signifikan antara Qana'ah dan Penyesuaian Diri pada Santri Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam metode ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang banyak menuntut penggunaan angka, dimulai dari pengumpulan data, penafsiran data tersebut, menampilkan.⁴² Kemudian penelitian ini menggunakan pendekatan lapangan ‘*field research*’, yang bertujuan untuk mengetahui data responden secara langsung di lapangan. Data penelitian yang terkumpul di lapangan akan di analisis menggunakan teknik analisis statistik.⁴³

Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah menggunakan metode korelasional. Metode korelasional yaitu metode yang digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini.⁴⁴ Dalam penelitian ini menggunakan korelasi sederhana yang bertujuan untuk mengetahui hubungan dan tingkat hubungan antara dua variabel tanpa ada upaya untuk mempengaruhi variabel tersebut sehingga tidak terdapat manipulasi variabel.⁴⁵

B. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu atribut dan sifat atau nilai orang, faktor, perlakuan terhadap objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁴⁶ Variabel penelitian pada dasarnya adalah objek penelitian atau segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut dan ditarik sebuah kesimpulan.⁴⁷

⁴² Ali Sodik Siyoto Sdanu. (2015), *Dasar Metode Penelitian*, vol. 4 (Yogyakarta: Literasi Media Publishing). Hlm. 17.

⁴³ Sugiyono. (2006), *Statistika Untuk Penelitian*, vol. 21 (bdanung: Alfabeta). Hlm. 260

⁴⁴ Suharsimi Arikunto. (1998), *Prosedur Penilaian* (Jakarta: Rineka Cipta). Hlm 251.

⁴⁵ Ratna Wijayanti Daniar Paramita, Noviansyah Rizal, dan Riza Bahtiar Sulistyan. (2021), *Metode Penelitian Kuantitatif Edisi 3* (Lumajang: Widya Gama Press).

⁴⁶ Arikunto, *Prosedur Penilaian*. Hlm 56

⁴⁷ Daniar Paramita, Rizal, dan Sulistyan, *Metode Penelitian Kuantitatif Edisi 3*. Hlm 36

1. Variabel Independen atau Variabel Bebas (X)

Variabel adalah variabel yang menentukan arah atau perubahan tertentu pada variabel tergantung, sebaliknya variabel bebas berada pada posisi yang lepas dari pengaruh variabel tergantung. Penelitian ini akan menggunakan variabel qona'ah sebagai variabel bebas.⁴⁸

2. Variabel Dependen atau Variabel Terikat (Y)

Variabel dependen disebut juga sebagai variabel terikat. Variabel dependen adalah variabel yang menjadi pusat perhatian peneliti atau menjadi perhatian utama dalam sebuah penelitian. Variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau disebabkan oleh variabel lain.⁴⁹ Penelitian ini menggunakan variabel penyesuaian diri sebagai variabel terikat.

C. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel adalah pengertian variabel (yang diungkap dalam definisi konsep) tersebut, secara operasional, secara praktik, secara riil, secara nyata dalam lingkup objek penelitian/ objek yang diteliti.⁵⁰ Definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Definisi Operasional Variabel Qona'ah

Qona'ah merupakan orang yang menerima dengan apa adanya merasa cukup dan ridho terhadap apa yang telah dimiliki ataupun yang dicapai dan meninggalkan kesenangan duniawi ataupun nafsu, seperti berupa makanan, pakaian, dan tempat tinggal, karena sifat qona'ah dapat membimbing seseorang kepada hal-hal yang perlu saja. Penelitian ini, menggunakan landasan teori yang merujuk pada teori Hamka dengan aspek-aspek sebagai berikut:

- a. Menerima apa adanya
- b. Sabar dan berserah

⁴⁸ Ma'ruf Abdullah. (2015), "Metode Penelitian Kuantitatif" (Makassar: Aswaja pressindo). Hlm 192

⁴⁹ Daniar Paramita, Rizal, dan Sulistyan, *Metode Penelitian Kuantitatif Edisi 3*. Hlm 37

⁵⁰ Burhan Bungin. (2009), "Metodologi Penelitian Kuantitatif" (Jakarta: Kencana). Hlm

- c. Selalu bersyukur
- d. Selalu berusaha⁵¹

2. Definisi Operasional Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri adalah suatu usaha pengelolaan mental dan tingkah laku individu dalam mencapai keselarasan dan keharmonisan terhadap diri sendiri dan terhadap lingkungan untuk mencapai kepuasan dan kebahagiaan, baik dengan mengubah diri sesuai lingkungan maupun mengubah lingkungan sesuai dirinya. Penelitian ini, menggunakan landasan teori yang merujuk pada teori Schneiders dengan aspek-aspek sebagai berikut:

- a. Pengakuan
- b. Partisipasi
- c. Persetujuan sosial
- d. Altruisme
- e. Kesesuaian⁵²

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi digunakan untuk menyebut serumpun atau sekelompok objek yang menjadi sasaran penelitian.⁵³ Populasi terdiri atas sekumpulan objek yang menjadi pusat perhatian, yang dari padanya terkandung informasi yang ingin diketahui.⁵⁴ Adapun Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa-siswi di Ponpes Raudhatul Jannah Wedung Demak yang berjumlah 200.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, ataupun bagian kecil dari anggota populasi yang

⁵¹ Ibid. Hlm. 267

⁵² Alexdaneer A Schneiders. (1955), *Personal Adjustment dan Mental Health* (New York: Rinehart).

⁵³ Gulo W. (2002), *Metodologi Penelitian* (Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia).

⁵⁴ Bungin, "Metodologi Penelitian Kuantitatif." 99

diambil menurut prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasinya.⁵⁵ Cara pengambilan sampel disebut dengan teknik sampling. Teknik sampling dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu *probability sampling* dan *non probability sampling*. *Probability sampling* merupakan cara pengambilan sampel dengan memberi peluang yang sama pada anggota populasi. Sedangkan *non probability sampling* yaitu pengambilan sampel dengan tidak memberi peluang sama. Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini termasuk ke dalam *probability sampling* dengan menggunakan *simple random sampling* sebagai pengambilan sampelnya. *Simple random sampling* adalah pengambilan anggota sampel dari populasi dengan secara acak tanpa memperhatikan strata.⁵⁶

Kemudian menurut Arikunto memberi acuan dalam menentukan jumlah sampel dalam penelitian. Apabila subjek kurang dari 100, lebih baik diambil semuanya, sehingga merupakan penelitian populasi.⁵⁷ Namun dalam penelitian ini, jumlah populasi yang ada lebih dari 100 subjek. Sampel dalam penelitian ini diambil dari perhitungan sampel dari suatu populasi berdasarkan rumus perhitungan oleh Slovin:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

n = besaran sampel

N = besaran populasi

E = toleransi eror

Dalam rumus Slovin memberi kebebasan untuk menentukan nilai batas kesalahan.⁵⁸ Sehingga peneliti menentukan tingkat sampling eror sejumlah 10%. Sampling eror merupakan tingkat presisi atau kesalahan suatu sampel.⁵⁹ Dapat diartikan bahwa ketika sampel yang diambil

⁵⁵ Siyoto Sdanu, *Dasar Metode Penelitian*, vol. 4, hlm. 64

⁵⁶ Syafrida Hafni Sahir. (2021), *Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Penerbit KBM Indonesia). h. 34

⁵⁷ Arikunto, *Prosedur Penilaian*. h. 117

⁵⁸ Artha, W. W., Aghastya, A., & Laylya, A. L. (2019). Pemodelan alat penghitung jumlah penumpang berbasis mikrokontroler atmega 2560. *Jurnal Perkeretaapian Indonesia*, 3 (1), h. 57.

⁵⁹ ch. 135

berjumlah 100 orang, terdapat 10 sampel yang salah atau tidak representatif. Dalam pengambilan sampel, kesalahan ditetapkan terlebih dahulu.⁶⁰

Jumlah populasi telah diketahui, sehingga sampel dapat diambil melalui perhitungan sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

$$n = \frac{200}{1+200(0,1)^2}$$

$$n = \frac{200}{1+200(0,01)}$$

$$n = \frac{200}{1+2}$$

$$n = \frac{200}{3}$$

$$n = 66,6$$

$$n = 67$$

Berdasarkan perhitungan di atas, jika populasi berjumlah 200 santri, maka sampel berjumlah 67 santri.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah menggunakan skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.⁶¹ Skala yang digunakan adalah skala pengukuran qona'ah dan skala pengukuran penyesuaian diri yang nantinya akan di rumuskan oleh peneliti.

Skala likert menggunakan beberapa macam pertanyaan yang digunakan untuk mengukur perilaku individu dengan cara merespon 5 pilihan jawaban pada setiap pertanyaan, berupa jawaban Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Kategori jawaban yang digunakan dalam skala ini adalah sebagai berikut:

⁶⁰ *Ibid* h. 136

⁶¹ *Ibid* h. 135

Tabel 1
Kategori Skala Likert

No	Skor	Keterangan
1.	5	Sangat Sesuai
2.	4	Sesuai
3.	3	Netral
4.	2	Tidak Sesuai
5.	1	Sangat Tidak Sesuai

Adapun skala yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Skala Qona'ah

Skala qona'ah mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Hamka (1995) yang aspek-aspeknya meliputi menerima apa adanya, sabar dan berserah, selalu bersyukur, dan selalu berusaha. Sehingga *blue print* skala qona'ah adalah sebagai berikut:

Tabel 2
Blue Print Skala Qona'ah

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
<i>Menerima apa adanya</i>	Menanggapi segala sesuatu yang telah terjadi dengan lapang dada	1,2,3	4,5,6	6
Sabar dan berserah	Sabar dalam menjalankan segala proses yang ingin dicapai	7,8	9,10	4
	Sikap sabar dalam menjalani ujian	11,12	13,14	4
	Menyerahkan diri	15,16	17,18	4

	sepenuhnya kepada Allah SWT			
Selalu bersyukur	Bersyukur dengan ucapan	19,20	21,22	4
	Bersyukur dengan perilaku	23,24	25,26	4
Selalu berusaha	Upaya dalam meraih sesuatu yang diinginkan	27,28	29,30	4
	Usaha dalam memecahkan berbagai persoalan	31,32	33,34	4
Jumlah		17	17	34

2. Skala Penyesuaian Diri

Skala penyesuaian diri mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Schneiders (1964) yang aspek-aspeknya meliputi pengakuan, partisipasi, persetujuan sosial, altruisme, kesesuaian. Sehingga *blue print* skala penyesuaian diri adalah sebagai berikut:

Tabel 3

Penyesuaian Diri

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Pengakuan	Menerima hak-hak orang lain	1,2	3,4	4
Partisipasi	Mengembangkan hubungan sosial	5,6	7,8	4
	Memelihara hubungan pertemanan	9,10	11,12	4
Persetujuan sosial	Simpati terhadap kesejahteraan orang lain	13,14	15,16	4

	Peka terhadap kesulitan orang lain	17,18	19,20	4
Altruisme	Sifat rendah hati	21,22	23,24	4
	Tidak egosi	25,26	27,28	4
Kesesuaian	Menghormati norma yang berlaku di tempat tinggal baru	29,30	31,32	4
Total		16	16	32

F. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau sah mempunyai validitas tinggi. sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah.⁶² Dengan menggunakan instrumen yang valid dan reliabel dalam mengumpulkan data, diharapkan hasil penelitian akan menjadi valid dan reliabel. Instrumen yang valid merupakan syarat mutlak untuk mendapatkan hasil penelitian yang valid dan reliabel. Namun, menggunakan instrumen yang valid dan reliabel tidak berarti data penelitian menjadi valid dan reliabel. Hal ini masih dipengaruhi oleh kondisi subjek yang diteliti dan kemampuan orang yang menggunakan instrumen.⁶³

Perhitungan validitas pada penelitian ini menggunakan bantuan SPSS dapat dilihat dari nilai koefisien validitas masing-masing butir pernyataan item. Menurut Azwar standar yang digunakan untuk menentukan validitas item sebesar $\geq 0,30$. Apabila koefisien validitas kurang dari 0,30 maka butir item dinyatakan kurang valid. Sedangkan jika lebih dari 0,30 maka butir item valid dan dapat digunakan.⁶⁴

⁶² Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, h. 160

⁶³ Ibid. 176

⁶⁴ Azwar Saifuddin. (2012), *Penyusunan Skala Psikologi, Edisi 2* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar), h. 95

1. Hasil Uji Validitas Skala Qonaah

Berdasarkan hasil uji validitas yang telah dilakukan dengan menguji 30 sampel, terdapat 12 item dengan nilai dibawah 0,300 sehingga dinyatakan gugur. Kemudian terdapat 22 item dengan nilai di atas 0,300 sehingga dapat digunakan sebagai alat ukur. Hasil uji validitas skala qona'ah dapat di lihat pada tabel berikut:

Tabel 4

Hasil Uji Validitas X1

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X001	131,07	149,306	,160	,865
X002	130,23	158,461	-,166	,863
X003	130,27	151,444	,397	,856
X004	131,67	154,506	,057	,863
X005	131,63	145,620	,416	,854
X006	130,17	144,695	,723	,849
X007	130,60	150,938	,384	,856
X008	131,40	155,766	,048	,861
X009	131,43	130,806	,742	,842
X010	131,13	139,430	,444	,854
X011	131,87	154,878	,014	,867
X012	130,17	151,109	,388	,856
X013	131,20	146,097	,412	,854
X014	132,00	150,414	,456	,855
X015	130,57	153,289	,152	,860
X016	130,20	148,648	,647	,852
X017	131,70	153,803	,106	,861
X018	130,97	146,309	,460	,853

X019	131,23	157,013	-,050	,863
X020	130,37	151,206	,414	,855
X021	130,77	138,806	,730	,845
X022	130,40	144,110	,686	,849
X023	130,17	144,695	,723	,849
X024	131,30	163,666	-,368	,871
X025	130,97	141,826	,624	,848
X026	130,50	157,845	-,100	,864
X027	131,43	130,806	,742	,842
X028	130,00	155,172	,139	,859
X029	131,03	135,344	,701	,844
X030	130,40	144,110	,686	,849
X031	130,40	144,110	,686	,849
X032	130,27	159,168	-,220	,864
X033	131,03	144,378	,567	,850
X034	130,97	140,309	,511	,851

*Keterangan: Item yang ditandai adalah item yang gugur atau tidak valid

Berdasarkan uji validitas, maka item yang valid adalah item nomor 3, 5, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 16, 18, 20, 21, 22, 23, 25, 27, 29, 30, 31, 33, 34. Sedangkan item yang tidak valid adalah item nomor 1, 2, 4, 8, 11, 15, 17, 19, 24, 26, 28, 32.

2. Hasil Uji Validitas Skala Penyesuaian Diri

Berdasarkan hasil uji validitas yang telah dilakukan dengan menguji 30 sampel, terdapat 10 item dengan nilai di bawah 0,300 sehingga dinyatakan gugur. Kemudian terdapat 22 item dengan nilai di atas 0,300 sehingga dapat digunakan sebagai alat ukur. Hasil uji validitas dapat dilihat dari tabel berikut ini:

Tabel 5

Hasil Uji Validitas Variabel Y

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y001	123,63	71,482	-,028	,839
Y002	123,97	67,826	,349	,827
Y003	123,20	67,959	,406	,826
Y004	123,50	65,224	,829	,816
Y005	123,80	72,924	-,203	,839
Y006	123,53	66,120	,453	,823
Y007	124,27	77,375	-,469	,855
Y008	124,30	64,424	,473	,822
Y009	124,07	73,651	-,216	,844
Y010	123,57	63,289	,749	,813
Y011	123,40	65,007	,666	,817
Y012	123,53	63,844	,578	,818
Y013	123,50	65,224	,829	,816
Y014	123,33	65,264	,508	,821
Y015	123,57	66,185	,511	,822
Y016	123,23	65,564	,709	,818
Y017	123,83	72,971	-,161	,842
Y018	123,47	65,292	,547	,820
Y019	123,23	68,737	,313	,828
Y020	123,57	63,289	,749	,813
Y021	123,73	63,582	,634	,816
Y022	123,40	65,834	,574	,820
Y023	123,70	68,148	,248	,830
Y024	123,33	66,782	,587	,821

Y025	124,03	73,413	-,207	,843
Y026	123,77	69,013	,221	,830
Y027	123,50	65,224	,829	,816
Y028	123,70	62,562	,532	,819
Y029	123,37	69,964	,112	,834
Y030	123,50	65,224	,829	,816
Y031	124,87	76,947	-,340	,862
Y032	124,27	63,857	,582	,818

***Keterangan:** Item yang ditandai adalah item yang gugur atau tidak valid

Berdasarkan hasil uji validitas, maka item yang valid ialah item nomor 2, 3, 4, 6, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 22, 24, 27, 28, 30, 32. Sedangkan item yang gugur ialah item nomor 1, 5, 7, 9, 17, 23, 25, 26, 29, dan 31.

G. Uji Reliabilitas

Reliabilitas memiliki arti bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah cukup baik.⁶⁵ Instrumen dapat dipercaya jika dalam beberapa kali pengukuran terhadap subjek yang sama akan diperoleh hasil yang relatif sama, dengan catatan aspek yang diukur dalam diri subjek memang belum berubah.⁶⁶ Reliabilitas berkaitan dengan keterandalan suatu indikator. Informasi yang ada pada indikator ini tidak berubah-ubah, atau yang disebut dengan konsisten. Artinya, bila suatu pengamatan dilakukan dengan perangkat ukur yang sama lebih dari satu kali, hasil pengamatan itu (seharusnya) sama. Bila tidak sama, dikatakan perangkat ukur tersebut tidak reliabel.⁶⁷ Penghitungan reliabilitas pada penelitian ini menggunakan bantuan SPSS teknik *Alfa Cronbach*.⁶⁸

⁶⁵ Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, h. 170

⁶⁶ Zulkifli Matondang. (2009), "Validitas Dan Reliabilitas Suatu Instrumen Penelitian," *Jurnal tabularasa* 6, no. 1: 87–97, h. 93

⁶⁷ Priyono. (2008), *Metode Penelitian Kuantitatif* (Zifatama Publishing), 91

⁶⁸ Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, h. 193

Menurut Devellis beberapa batasan menggunakan rumus *Alfa Cronbach* meliputi:

- 1) Dibawah 0,60 tidak dapat diterima
- 2) Antara 0,60 sampai 0,65 dapat diterima tapi kurang memuaskan
- 3) Antara 0,65 sampai 0,70 dapat diterima secara minimal
- 4) Antara 0,70 sampai 0,80 dapat diterima
- 5) Antara 0,80 sampai 0,90 sangat baik
- 6) Jauh diatas 0,90 sebaiknya skala yang disusun diperpendek.⁶⁹

1. Hasil Uji Reliabilitas Skala Qona'ah

Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan, nilai yang didapat di atas 0,60 yaitu sebesar 0,859 sehingga dapat dinyatakan bahwa skala Qona'ah tersebut reliabel dan dapat digunakan sebagai alat ukur.

Tabel 6

Tabel Hasil Uji Reliabilitas Skala Qona'ah

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,859	34

2. Hasil Uji Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri

Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan, nilai yang didapat di atas 0,60 yaitu sebesar 0,810 sehingga dapat dinyatakan bahwa skala penyesuaian diri tersebut reliabel dan dapat digunakan sebagai alat ukur.

Tabel 7

Hasil Uji Reliabilitas Skala Penyesuaian diri

Reliability Statistics

⁶⁹ Ahmad Saifuddin. (2020), *Penyusunan Skala Psikologi* (Prenada Media), h. 207

Cronbach's	
Alpha	N of Items
,810	32

H. Teknik Analisis Data

Data yang didapatkan dalam penelitian ini akan diolah dengan metode statistika, karena data yang didapatkan berwujud angka dan metode statistika dapat memberikan hasil yang objektif. Metode analisis data ini dibantu dengan memakai program SPSS versi 22. 0 *for windows*.

Pada penelitian ini, teknik analisis statistika yang digunakan adalah uji korelasi product moment (pearson). Uji korelasi product moment merupakan analisis untuk mengukur keeratan hubungan secara linier antara dua variabel yang memiliki distribusi data normal.

Kaidah pengambilan keputusan uji korelasi product momen berdasarkan nilai probabilitasnya. Jika Nilai Sig. F Change < 0.01, maka memiliki kolerasi dan jika Nilai Sig. F Change > 0.01, maka tidak berkolerasi dengan interval koefisien korelasi sebagai berikut:

Tabel 8
Interval Nilai Korelasi

Besarnya Nilai r	Interpretasi
0,800-1,000	Sangat tinggi
0,600-0,799	Tinggi
0,400-0,599	Cukup tinggi
0,200-0,399	Rendah
0,000-0,199	Sangat rendah

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

1. Gambaran Umum Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak

Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak (Yaroja) adalah lembaga pendidikan Islam swasta di bawah naungan Yayasan Raudlatul Jannah pada tanggal 11 September tahun 1999 di jalan TPI lama no 14 sabetan barat Wedung Demak Pondok Pesantren ini didirikan oleh KH. Masykuri Abdullah, M.Pd.I. karena dua faktor, yaitu: faktor eksternal dan faktor internal.

a. Faktor eksternal

- 1) Keprihatinan terhadap kondisi masyarakat sekitar kepada anak yatim dan keluarga miskin yang anaknya putus sekolah
- 2) Kenakalan anak-anak dan remaja yang semakin tak terhindarkan
- 3) Munculnya berbagai macam aliran dan pemikiran keagamaan yang menyimpang dari pemahaman Rasulullah dan para sahabat.

b. Faktor internal

- 1) Keinginan kuat berdakwah di atas sunnah nabi di tengah masyarakat.
- 2) Memfokuskan putra-putri pengurus yayasan secara khusus dan kaum muslimin secara umum untuk belajar agama dan menghafalkan Al Qur'an.

Keinginan memiliki lembaga pendidikan sendiri sehingga memudahkan dalam menentukan kurikulum mandiri sesuai dengan skala prioritas dakwah. Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak perintisan ini dikelola langsung oleh pengasuh dan ustad / ustazah alumni IAIN / UIN dan lulusan pesantren yang memiliki spirit tinggi dalam perintisan lembaga. Meski miskin pengalaman, mereka saling bahu-membahu dalam mengembangkan

lembaga pendidikan ini dengan penuh semangat, rasa kekeluargaan dan tanpa pamrih.

Berdirinya lembaga pendidikan ini cukup menarik minat masyarakat. Di awal penerimaan, sudah terdaftar lebih dari 60 santri putra dan putri dari berbagai wilayah demak dan luar demak seperti Jepara, Semarang Dan Kendal, pengelolaan yang masih sederhana dengan minimnya SDM dan fasilitas ternyata tidak menghalangi minat para orang tua/wali santri dari berbagai daerah untuk menitipkan putra-putrinya di lembaga ini. Program Pendidikan lain di bawah naungan Yayasan Raudlotul Jannah di antaranya adalah TPQ (Taman pendidikan Quran) program tahfidz Surat surat Pendek dan pelatihan kewirausahaan di bawah naungan koperasi milik yayasan. Salah satu karakteristik yang menarik dari pembelajaran Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak adalah mempelajari kitab-kitab karya ulama' Ahlussunnah yang sudah dikenal akan tetapi sistem pembelajarannya klasikal sehingga pesantren ini tergolong pondok pesantren komprehensif, di samping system manajemen yang dipakai adalah modern. Di masa ini, pengurus Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak terus berupaya untuk meningkatkan dan mengembangkan lembaga pendidikan ini, dengan mengadakan kunjungan study banding ke pesantren-pesantren lain, mengupgrade ustadz / ustadah dan para pengurus, evaluasi semua kegiatan dan program kerja dan yang lainnya. Akhirnya perkembangan pesantren sudah mulai nampak walaupun belum begitu signifikan di antara buktinya dengan bertambah santri yang mondok dan sarana prasarana yang memadahi. Kembalinya sebagian alumni yang selesai menyelesaikan pendidikan di bangku kuliah untuk mengajar di pesantren ini juga termasuk faktor pendorong kemajuan. Para alumni adalah bagian yang tak terpisahkan dengan pesantren, karena rasa kepemilikan terhadap pondok sudah mendarah daging pada diri mereka.

- a. Visi Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak

“Membentuk generasi *thalibul ilmi* yang *bermanhaj salaf* dalam *beraqidah, beribadah, berakhlak, bermu’amalah dan berdakwah*”. Tampaknya dari visi tersebut menyimpan makna yang dalam, artinya dalam segala bentuk kemajuan dan kemoderenan jaman, pesantren ini akan selalu mengikuti dengan tetap berpedoman pada penyebaran agama Islam, dari visi inilah terlihat modernisasi pesantren sangat mungkin dilakukan kapan saja waktunya asalkan Islam tetap tersebar.

b. Misi Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak

“Menyelenggarakan pendidikan dalam bentuk pondok pesantren *bermanhaj salaf* yang unggul dan amanah dengan landasan al-Qur’an dan Sunnah berdasarkan pemahaman *salafus shalih*. Menyelenggarakan pembinaan dan tarbiyah secara terpadu selama dua puluh empat jam. Dalam menjalankan visi dan misinya, Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak berlandaskan pada:

- Nilai-Nilai Dasar Keislaman (*aqidah, syari’ah, akhlak dan al-hikmah/ilmu nafi’*).
- Nilai-Nilai Dasar Ke Indonesiaan (*pancasila, konstitusi Negara/ UUD 1945, UU dan Peraturan Perundang-Undangan yang berlaku*).
- Nilai-Nilai KePesantrenan (*pancajiwa Pesantren, sunnah-sunnah kePesantrenan yang positif, dan tradisi belajar dan bekerja untuk ibadah*).
- Nilai-Nilai Dasar Kejuangan (*al-jihad, alijihad, al-mujahid, pengabdian terbaik, kerja keras, pengorbanan tanpa pamrih dan perjuangan menuju izzil islam wal muslimin*).

2. Deskripsi Subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah santriwan / santri wati Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak yang berjumlah 67 santri dengan total populasi berjumlah 200 santri yang mengacu pada hasil dari penrhitungan rumus Slovin. Deskripsi subjek

penelitian didapat dari deskripsi data berdasarkan perhitungan SPSS yang memberikan gambaran mengenai rata-rata data, simpangan baku, nilai minimum dan maksimum. Berikut hasil SPSS Deskriptif Statistik:

Tabel 9

Nilai Deskriptif statistik

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Qonaah	67	68	110	86,04	11,384
penyesuaian diri	67	65	110	88,24	11,518
Valid N (listwise)	67				

Berdasarkan tabel di atas, dapat menunjukkan bahwa nilai minimum pada variabel qona'ah (X) adalah sebesar 68 dan nilai maksimum sebesar 110 dengan nilai *mean* sebesar 86,04 serta standar deviasi sebesar 11,384. Kemudian, dapat diketahui bahwa nilai minimum variabel penyesuaian diri sebesar 65 dan nilai maksimum sebesar 110 dengan nilai mean sebesar 88,24 dengan nilai standar deviasi sebesar 11,518. Berdasarkan hasil dari uji deskriptif di atas, maka dapat dikategorikan sebagai berikut:

a. Kategorisasi Variabel Qona'ah

Analisis deskriptif dimaksudkan untuk memberikan gambaran suatu subjek penelitian berdasarkan data variabel yang diperoleh dari subjek yang diteliti dan tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis.

Dari data yang ada maka perlu dilakukan perhitungan:

- 1) Nilai batas minimal, dengan asumsi responden menjawab semua pertanyaan pada item jawaban yang memiliki skor terendah atau 1 dengan jumlah item 22. Jadi nilai batas minimal adalah jumlah responden x jumlah pertanyaan x bobot jawaban: $1 \times 22 \times 1 = 22$
- 2) Nilai batas maksimum adalah dengan asumsi bahwa responden menjawab semua pertanyaan pada item yang memiliki skor tertinggi atau 5 dengan total 22 item. Jadi nilai batas maksimalnya

adalah jumlah responden x jumlah pertanyaan x bobot jawaban: 1
 $x 2 x 5 = 110$

3) Jarak antara batas maksimum dan batas minimum = $110 - 22 = 88$

4) Jarak interval merupakan hasil dari jarak keseluruhan dibagi jumlah kategori = $88 : 4 = 22$

Dengan perhitungan seperti di atas dapat diperoleh realitas seperti berikut:

22 44 66 88 110

Gambar tersebut dibaca:

Interval: 22 – 43 = Rendah

44 – 65 = Sedang

66 – 87 = Tinggi

88 – 110 = Sangat Tinggi

Hasil dari perhitungan tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 10

Interval Tingkat Qona'ah Santri

No	Jumlah Santri	Presentase	Tingkat
1	0	0%	Rendah
2	0	0%	Sedang
3	39	58%	Tinggi
4	28	42%	Sangat Tinggi

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa jumlah santri Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak yang memiliki tingkat qonaah rendah berjumlah 0 orang atau sekitar 0%. Kemudian yang memiliki tingkat qonaah sedang berjumlah 0 orang atau sekitar 0%. Kemudian, yang memiliki tingkat qonaah tinggi berjumlah 39 santri atau sekitar 58% sedangkan santri yang memiliki nilai qonaah yang sangat tinggi berjumlah 28 orang atau sekitar 42%.

b. Kategorisasi Variabel Penyesuaian Diri

Analisis deskriptif dimaksudkan untuk memberikan gambaran suatu subjek penelitian berdasarkan data variabel yang diperoleh dari subjek yang diteliti dan tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis. Dari data yang ada maka perlu dilakukan perhitungan:

- 1) Nilai batas minimal, dengan asumsi responden menjawab semua pertanyaan pada item jawaban yang memiliki skor terendah atau 1 dengan jumlah item 22. Jadi nilai batas minimal adalah jumlah responden x jumlah pertanyaan x bobot jawaban: $1 \times 22 \times 1 = 22$
- 2) Nilai batas maksimum adalah dengan asumsi bahwa responden menjawab semua pertanyaan pada item yang memiliki skor tertinggi atau 5 dengan total 22 item. Jadi nilai batas maksimalnya adalah jumlah responden x jumlah pertanyaan x bobot jawaban: $1 \times 22 \times 5 = 110$
- 3) Jarak antara batas maksimum dan batas minimum = $110 - 22 = 88$
- 4) Jarak interval merupakan hasil dari jarak keseluruhan dibagi jumlah kategori = $88 : 4 = 22$

Dengan perhitungan seperti di atas dapat diperoleh realitas seperti berikut:

22 44 66 88 110

Gambar tersebut dibaca:

- Interval: 22 – 43 = Rendah
 44 – 65 = Sedang
 66 – 87 = Tinggi
 88 – 110 = Sangat Tinggi

Hasil dari perhitungan tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 11

Interval Tingkat Qona'ah Santri

No	Jumlah Santri	Presentase	Tingkat
----	---------------	------------	---------

1	0	0%	Rendah
2	1	2%	Sedang
3	29	43%	Tinggi
4	37	55%	Sangat Tinggi

Dari hasil tabel di atas, diketahui bahwa 0 santri memiliki penyesuaian diri rendah, terdapat 1 santri Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak memiliki penyesuaian diri sedang atau sekitar 2% dan 29 santri memiliki nilai penyesuaian diri tinggi atau sekitar 43%. Dan 37 santri memiliki nilai penyesuaian diri sangat tinggi atau sekitar 55%.

3. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah suatu prosedur yang digunakan untuk mengetahui apakah data berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau berada dalam sebaran normal. Distribusi normal adalah distribusi simetris dengan modus, mean dan median berada dipusat.⁷⁰ Hasil dari uji normalitas pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 12

Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		67
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	10,58386797
	Most Extreme Differences	
	Absolute	,094
	Positive	,090
	Negative	-,094

⁷⁰ Astuti Nuryadi, dan Utami TD. "ES, & Budiantara, M.(2017). Dasar-Dasar Statistika Penelitian. Sibuku Media."

Test Statistic	,094
Asymp. Sig. (2-tailed)	,200 ^{c,d}

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel di atas diketahui pada uji *One Sample Kolmogorof-Smirnov* terlihat bahwa nilai signifikansi (*Asymp.Sig*) sebesar 0,200. Berdasarkan tabel tersebut nilai signifikansi lebih dari 0,05 atau $P > 0,05$. Maka data pada penelitian ini dikatakan berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel memiliki hubungan yang linear secara signifikan atau tidak antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Dua variabel dikatakan memiliki hubungan yang linear jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05.⁷¹

Tabel 13
Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
penyesuaian Between (Combined)	5481,346	33	166,101	1,674	,072
diri * Groups	1362,974	1	1362,974	13,734	,001
Qonaah					
Deviation from Linearity	4118,372	32	128,699	1,297	,231
Within Groups	3274,833	33	99,237		

⁷¹ Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*, vol. 21, p. .

Total	8756,179	66		
-------	----------	----	--	--

Dari hasil yang disajikan dalam tabel di atas diketahui bahwa memiliki nilai *deviation from linearity* $0.231 > 0,05$. Artinya penelitian ini dapat dinyatakan linier.

4. Uji Hipotesis

Teknik uji korelasi yang digunakan adalah teknik korelasi *pearson product moment* melalui program SPSS for windows. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat korelasi signifikan antara Qana'ah dan Penyesuaian Diri pada Santri Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak. Kaidah pengambilan keputusan uji korelasi sederhana berdasarkan nilai probabilitasnya. Jika Nilai Sig. F Change < 0.01 , maka memiliki kolerasi dan jika Nilai Sig. F Change > 0.01 , maka tidak berkolerasi dengan interval keofisien korelasi sebagai berikut:

Tabel 14
Interval Nilai Korelasi

Besarnya Nilai r	Interpretasi
0,800-1,000	Sangat tinggi
0,600-0,799	Tinggi
0,400-0,599	Cukup tinggi
0,200-0,399	Rendah
0,000-0,199	Sangat rendah

Kemudian hasil uji hipotesis pada penelitian ini berdasarkan teknik korelasi *pearson product moment* melalui program SPSS for windows adalah sebagai berikut:

Tabel 15
Hasil Uji Hipotesis

		penyesuaian diri	Qonaah
penyesuaian diri	Pearson Correlation	1	,705**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	67	67
Qonaah	Pearson Correlation	,705**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	67	67

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel di atas, dapat di ketahui bahwa nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,01$ sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa uji hipotesis dapat diterima. Kemudian diketahui bahwa nilai *pearson correlation* sebesar 0,705 yang dapat diketahui bahwa terdapat korelasi yang tinggi antara hubungan qona'ah dengan penyesuaian diri. Sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi qona'ah individu, maka semakin tinggi penyesuaian dirinya dan semakin rendah qona'ah individu maka semakin rendah penyesuaian dirinya.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil pengelolaan data, diketahui bahwa jumlah santri Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak yang memiliki tingkat qonaah rendah berjumlah 0 orang atau sekitar 0%. Kemudian yang memiliki tingkat qonaah sedang berjumlah 0 orang atau sekitar 0%. Kemudian, yang memiliki tingkat qonaah tinggi berjumlah 39 santri atau sekitar 58% sedangkan santri yang memiliki nilai qonaah yang sangat tinggi berjumlah 28 orang atau sekitar 42% Nilai qonaah pada Santri Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung

Demak, dominan memiliki nilai yang tinggi yaitu sekitar 58%. Kemudian diketahui bahwa 0 santri memiliki penyesuaian diri rendah, terdapat 1 santri Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak memiliki penyesuaian diri sedang atau sekitar 2% dan 29 santri memiliki nilai penyesuaian diri tinggi atau sekitar 43%. Dan 37 santri memiliki nilai penyesuaian diri sangat tinggi atau sekitar 55%. Berdasarkan pemaparan tersebut, dapat diartikan bahwa semua Santri Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak memiliki nilai penyesuaian diri yang merata yaitu tinggi atau sangat tinggi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara qona'ah dengan penyesuaian diri Santri Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak. Hasil dari uji statistik, diketahui bahwa nilai koefisien korelasi sebesar 0,705 yang berarti berkorelasi tinggi. Sedangkan nilai signifikansi antara variabel qona'ah dengan variabel penyesuaian diri sebesar 0,000 yang berarti kurang dari 0,01. Sehingga hal ini dapat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang tinggi antara sikap qona'ah dengan penyesuaian diri Santri Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak. Hal ini dapat diartikan bahwa, semakin tinggi sikap qona'ah Santri Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak maka semakin tinggi penyesuaian diri Santri Pondok Pesantren dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak.

Sifat qona'ah merupakan sikap yang harus dimiliki oleh semua orang, terlebih para santri yang sedang menuntut ilmu. Menurut Hamka qana'ah merupakan merasa cukup. Sifat qana'ah ini hanya dimiliki oleh orang yang bisa menerima apa adanya dengan apa yang telah diberikan Allah SWT kepadanya. Tidak akan mudah terpengaruh atau tergiur dengan kemewahan dan kekayaan yang dimiliki oleh orang lain, karena dia sendiri sudah merasa cukup dengan keadaannya. Sifat qana'ah ini dapat menghindari seseorang dari

perilaku-perilaku buruk didunia ini.⁷² Sifat qana'ah, berkaitan dengan penyesuaian diri para santri. Hal ini kerana, qona'ah sikap menerima diri apa adanya. Santri dituntut untuk jauh dari rumah dengan tempat tinggal apa adanya, makan seadanya, hidup dengan sangat terstruktur, tidur tidak teratur, dan lain sebagainya. Sehingga, agar santri dapat melawati semua hal tersebut sangat dibutuhkan penyesuaian diri yang dilandaskan pada sikap qonaah yang ada pada dirinya. Penyesuaian diri merupakan suatu konstruk psikologi yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu itu sendiri. Dengan perkataan lain, masalah penyesuaian diri menyangkut seluruh aspek kepribadian individu dalam interaksinya dengan lingkungan dalam dan luar dirinya.⁷³

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Chaerani dkk. yang mengemukakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara variabel penerimaan diri (qana'ah) dengan penyesuaian diri. Dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi (r) antara penerimaan diri dengan penyesuaian diri sebesar $r = 0,312$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$), Pegujian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan dengan arah positif pada penerimaan diri dengan penyesuaian diri. Artinya semakin tinggi penerimaan diri, maka akan semakin tinggi penyesuaian diri.

Korelasi yang tinggi dari penelitian ini disebabkan karena penyesuaian diri merupakan suatu konstruk psikologi yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu itu sendiri. Dengan perkataan lain, masalah penyesuaian diri menyangkut seluruh aspek kepribadian individu dalam interaksinya dengan lingkungan dalam dan luar dirinya. Aspek kepribadian individu yang baik ini, merupakan salah satu bentuk yang dihasilkan dari faktor qona'ah yang ada dalam individu. Karena pada dasarnya qana'ah

⁷² Hamka, Tafsir Al Azhar, Jilid 8, Gema Insani, Jakarta, 2015. Hal 34

⁷³ Chaerani, Rachma Fajri, dan Anizar Rahayu. "Penerimaan Diri Dan Dukungan Sosial Hubungannya Dengan Penyesuaian Diri Wanita Yang Menghadapi Masa Menopause." *IKRA-ITH Humaniora: Jurnal Sosial Dan Humaniora* 3.2 (2019). Hlm.133-137.

merupakan sikap merasa cukup, berserah diri sepenuhnya kepada Allah dengan segala hal yang dihadapi di dunia. Sikap qana'ah adalah sikap yang sangat baik dan bagi yang memilikinya akan menjadikan dirinya terhindar dari kecemasan yang berlebih dan dapat memberikan kenyamanan psikologi saat menghadapi problem kehidupan. Bagi santriwan maupun santriwati Pondok Pesantren dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak yang memiliki sifat qonaah, maka cenderung akan menerima segala bentuk kegiatan yang diadakan oleh pondok. Penerimaan diri inilah yang membuat seorang santri dapat beradaptasi dengan baik pada lingkungan pondok pesantren.

Kelemahan dalam penelitian ini yaitu jumlah variabel yang digunakan relatif sedikit. Jumlah variabel yang diukur, hanya sebatas variabel X dan Y. Selain itu, proses pengisian skala yang dilakukan, terdapat beberapa subjek yang mengisi skala dengan tidak terlalu serius. Sehingga, subjek mengisi skala apa adanya. Kemudian, dalam pengambilan sampel peneliti tidak dapat mengukur faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi sudut pandang subjek. Faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi sudut pandang subjek, misalnya seperti faktor usia, background keluarga, faktor ketelitian dan kecermatan, dan lain sebagainya. Oleh karena itu, harapan kedepannya peneliti yang tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang tema yang sama dengan penelitian ini dapat lebih memperhatikan kekurangan tersebut sebagai bahan evaluasi.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil uraian deskripsi data dan analisis data dalam penelitian yang dilakukan di Santri Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak dengan subjek sejumlah 67 santri dan populasi sebesar 200 santri maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif yang tinggi antara qona'ah dengan penyesuaian diri Santri Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak. Hal ini berdasarkan hasil analisis data yang menghasilkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,705 yang berarti berkorelasi tinggi. Sedangkan nilai signifikansi antara variabel qona'ah dengan variabel penyesuaian diri sebesar 0,000 yang berarti kurang dari 0,01. Sehingga hal ini dapat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang tinggi antara sikap qona'ah dengan penyesuaian diri Santri Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak. Hal ini dapat diartikan bahwa, semakin tinggi sikap qonaah Santri Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak maka semakin tinggi penyesuaian diri Santri Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka peneliti memberikan

saran sebagai berikut :

1. Bagi Santri

Sifat qonaah sangatlah penting bagi kehidupan santri, karena sifat ini dapat membuat kita semua menjadi individu yang memiliki sikap menerima diri apa adanya. Sehingga ketika sifat ini diasah semaksimal mungkin, maka santri akan cenderung lebih dapat menyesuaikan diri pada tempat tinggal yang baru.

2. Bagi Ustadz

Qona'ah ini sangatlah penting bagi santri, sehingga alangkah baiknya jika ustadz memberikan pelajaran yang terdapat materi tentang qona'ah pada santri agar santri dapat menjadi pribadi yang baik dunia dan akhirat khususnya pada konteks penelitian ini yaitu penyesuaian diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Ma'ruf. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Makassar: Aswaja pressindo.
- Alifi. (2023). Hasil Wawancara Dengan Pengurus. Demak: Pondok Pesantren Dan Darul Aitam Yayasan Raudlatul Jannah Wedung Demak.
- Arikunto, Suharsimi. (1993). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka cipta.
- (1998). *Prosedur Penilaian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bungin, Burhan. (2009). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana.
- Daniar Paramita, Ratna Wijayanti, Noviansyah Rizal, and Riza Bahtiar Sulistyan. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif Edisi 3*. Lumajang: Widya Gama Press.
- Fabriar, Silvia Riskha. (2020). AGAMA, MODERNITAS DAN MENTALITAS: Implikasi Konsep Qana'ah Hamka Terhadap Kesehatan Mental. *Muharrrik: Jurnal Dakwah Dan Sosial* 3(02), hlm. 227–243.
- Gavinta, Dias Amartiwi Putri, and Sri Hartati. (2015). Asertivitas Dan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran. *Jurnal Empati* 4(4), hlm. 139–143.
- Hamka. (2015). *Tafsir Al Azhar*. Jakarta: Gema Insani.
- (1995). *Tasawuf Modern*. Jakarta: Pustaka Pustaka Panji Masyarakat.
- Hartono, Sunarto, and B Agung. (2002). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Kumalasari, Fani, and Latifah Nur Ahyani. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi: PITUTUR* 1(1), hlm. 19–28.
- Lathifah, Siti Ashlihatul. (2015). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja Pondok Pesantren Al-Luqmaniyyah Yogyakarta. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Mandzhir, Al Alamah Ibnu. (2002). *Kamus Bahasa Arab*. Damaskus: dar al fikri.
- Mantyawati, Nina Nadya, Dyah Siti Septiningsih, Rr Setyawati, and Dyah Astorini Wulandari. (2022). Efikasi Diri Dan Penyesuaian Diri Pada Peserta

- Didik Kelas VII. *PSIMPHONI* 3(2), hlm. 132–137.
- Matondang, Zulkifli. (2009). Validitas Dan Reliabilitas Suatu Instrumen Penelitian. *Jurnal tabularasa* 6(1), hlm. 87–97.
- Mubarok, Muhammad Husni. (2018). Qana'ah Sebagai Cara Mencegah Perilaku Hedonis (Perspektif Hamka). *Skripsi. Semarang: Program Studi Tasawuf Psikoterapi, UIN Walisongo.*
- Mujamil, Qomar. (2005). *Pesantren Dari Transformasi Metodologi Menuju Demokratisasi Institusi.* Jakarta: Gelora Aksara Pratama.
- Munawir, Warson. (1997). *Kamus Arab-Indonesia Terlengkap.* Cet. II. Surabaya: Pustaka Progresif.
- Noorhayati, Mahmudah. (2016). Konsep Qonaah Dalam Mewujudkan Keluarga Sakinah Mawaddah Dan Rahmah. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 7(2), hlm. 59–76.
- Oktaviani, Ellsa Azma, and Erdina Indrawati. (2019). Penyesuaian Diri Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepribadian Tangguh Santriwati Tahun Pertama Pondok Pesantren X Cikarang. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora* 3(2), hlm. 110–115.
- Pritaningrum, Meidiana, and Wiwin Hendriani. (2013). Penyesuaian Diri Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik Pada Tahun Pertama. *Jurnal psikologi kepribadian dan sosial* 2(3), hlm. 134–143.
- Priyono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif.* Zifatama Publishing.
- Qadir, Muhammad Abdul, and Abu Faris. (2005). *Menyucikan Jiwa.* Jakarta: Gema Insani.
- Rahayu, Pebrianti Beti. (2018). Kajian Tentang Adaptasi Santri Baru Di Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Perspektif Psikologi Sosial. *Jurnal Kreativitas Mahasiswa* 1(1), hlm. 1–19.
- Al Rasyid, Harun, and Achmad Chusairi. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Universitas Airlangga. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental* 1(2), hlm. 1306–1312.
- Sahir, Syafrida Hafni. (2021). *Metodologi Penelitian.* Yogyakarta: Penerbit KBM Indonesia.

- Saifuddin, Ahmad. (2020). *Penyusunan Skala Psikologi*. Prenada Media.
- Saifuddin, Azwar. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi, Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Schneiders, Alexander A. (1955). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Rinehart.
- Shihab, M Quraish. (2007). *Ensiklopedia Al-Qur'an: Kajian Kosakata*. Jakarta: Lentera Hati.
- (2007). *Secercah Cahaya Ilahi: Hidup Bersama Al-Quran*. Jakarta: Mizan Pustaka.
- Siyoto Sandu, Ali Sodik. (2015). *Dasar Metode Penelitian*. Vol. 4. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sugiyono. (2006). *Statistika Untuk Penelitian*. Vol. 21. Bandung: Alfabeta.
- Syata, Asabim, and As-Sayyid Abu Bakar. (1997). *Menapak Jejak Kaum Sufi*. Surabaya: Dunia Ilmu.
- Tricahyani, Ida Ayu Ratih, and Putu Nugrahaeni Widiyasavitri. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja Awal Di Panti Asuhan Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana* 3(3), hlm. 542–550.
- Ula, Wildatul. (2022). Gaya Hidup Qana'ah Dalam Membentuk Self Image Positif Santri Pondok Pesantren Nurul Ulum Cindogo Tapen Bondowoso. UIN KH Achmad Siddiq Jember.
- Gulo. (2002). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Zakiyah, Naili, Frieda Nuzulia Ratna Hidayati, and Imam Setyawan. (2010). Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Berasrama SMP N 3 Peterongan Jombang. *Jurnal Psikologi Undip* 8(2).

LAMPIRAN
SKALA PENELITIAN

IDENTITAS DIRI

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

PETUNJUK PENGISIAN

1. Tuliskan identitas Anda.
2. Perhatikan pernyataan secara teliti dan pilih salah satu opsi jawaban yang telah tersedia sesuai dengan keadaan Anda dan beri tanda **X**
3. Jawablah setiap pernyataan dengan jujur. Hasil dari skala ini tidak akan memberi pengaruh apapun pada aktivitas Anda
4. Pastikan semua pernyataan terisi dan tidak ada yang terlewatkan, karena semua hasil maupun jawaban dari skala ini akan dijaga kerahasiaannya.

Keterangan:

Jawablah pernyataan dengan memilih:

SS : Bila Anda merasa **Sangat Sesuai** dengan pernyataan tersebut

S : Bila Anda merasa **Sesuai** dengan pernyataan tersebut

N : Bila Anda merasa **Netral** dengan pernyataan tersebut

TS : Bila Anda merasa **Tidak Sesuai** dengan pernyataan tersebut

STS : Bila Anda merasa **Sangat Tidak Sesuai** dengan pernyataan tersebut

Contoh pengisian skala:

No	Pernyataan	Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1.	Saya suka mengerjakan tugas bersama teman				X	

NB: Jika Anda ingin memperbaiki jawaban, Anda cukup membuat tanda sama dengan (=) di tengah-tengah tanda (x)

SELAMAT MENGERJAKAN ☺

SKALA 1

NO	PERNYATAAN	Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1.	Saya merasa biasa saja jauh dengan orang tua					
2.	Saya menerima hukuman dari ustadz saat saya melanggar aturan					
3.	Saya menerima pemberian Allah dengan senang hati					
4.	Saya sering merenung karena jauh dengan orang tua					
5.	Saya merasa rumah lebih baik daripada di pondok					
6.	Saya tidak yakin doa dan usaha akan mengantarkan saya pada kesuksesan					
7.	Saya mengikuti segala kegiatan yang ada di pondok dengan ikhlas					
8.	Saya tidak mengeluh meski yang didapatkan tidak sesuai dengan usaha					
9.	Saya ingin mendapatkan hasil secara instan					
10.	Saya menghalalkan segala macam cara agar mendapatkan tujuan					
11.	Permasalahan yang saya hadapi, tidak membuat saya ingin keluar dari pondok					
12.	Saat saya sakit, saya percaya ini adalah ujian dari Allah					
13.	Banyak masalah yang membuat saya ingin keluar dari pondok					
14.	Saya terkadang merasa tidak kuat saat menghadapi masalah					
15.	Saya menyerahkan semua permasalahan saya kepada Allah SWT					
16.	Saya percaya bahwa semua yang saya					

	perjuangkan akan membuahkan hasil					
17.	Saya percaya bahwa tanpa bantuan siapapun saya bisa menyelesaikan masalah					
18.	Saya mengharapkan belas kasihan orang lain					
19.	Setiap setelah sholat, saya tidak lupa untuk berdzikir					
20.	Menikmati hasil yang didapat dengan mengucapkan hamdalah					
21.	Saya merasa mengingkari nikmat yang telah Allah berikan					
22.	Saya terkadang berburuk sangka atas pemberian Allah					
23.	Saya berusaha lebih giat ketika diberi kenikmatan dari Allah					
24.	Ketika saya mendapatkan rezeki, saya berbagi dengan teman-teman					
25.	Saya merasa kurang dengan apa yang saya miliki					
26.	Saya sering melampiaskan kekesalan dengan memarahi orang lain					
27.	Saya tidak lupa mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh ustadz					
28.	Saya memiliki cita-cita yang ingin di raih					
29.	Saya ingin sukses, tapi saya malas belajar					
30.	Lebih baik berpangku tangan daripada berusaha					
31.	Saya mencari solusi dari setiap masalah					
32.	Saya meminta pertolongan kepada Allah ketika mendapat musibah					
33.	Saya hanya meratapi permasalahan yang saya miliki					
34.	Saya menghalalkan segala cara untuk					

	menyelesaikan masalah saya					
--	----------------------------	--	--	--	--	--

SKALA 2

NO	PERNYATAAN	Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1.	Saya menghargai setiap pendapat orang lain terhadap saya					
2.	Saya mampu hidup satu atap dengan banyak teman dalam jangka waktu yang lama					
3.	Saya menyerobot antrian kamar mandi					
4.	Hak saya harus yang paling utama daripada hak orang lain					
5.	Saya senang jika dapat mengerjakan tugas bersama teman-teman					
6.	Saya senang mempunyai banyak teman dari berbagai daerah					
7.	Saya merasa kesulitan berinteraksi dengan orang yang baru dikenal					
8.	Saya lebih memilih tugas individu dibandingkan tugas kelompok					
9.	Ketika ada masalah dengan teman-teman, saya akan segera menyelesaikannya					
10.	Saya berusaha menyimpan rahasia teman-teman saya					
11.	Saya menceritakan keburukan teman saya pada orang lain.					
12.	Saya melanggar kesepakatan yang saya dan teman-teman saya buat					
13.	Saya suka membantu orang lain					
14.	Saya berusaha menyemangati teman ketika ia kehilangan gairah belajar					
15.	Saya pikir, hidup saya lebih baik daripada					

	orang lain					
16.	Jika ada teman yang sakit, maka itu bukanlah urusan saya					
17.	Ketika teman saya punya masalah, saya dengan sukarela akan membantunya.					
18.	Saya akan membantu teman saya jika dia membutuhkan bantuan saya					
19.	Membantu teman bukanlah kewajiban saya					
20.	Saya hanya membantu teman yang pernah membantu saya					
21.	Saya menerima teguran dari teman jika saya melakukan kesalahan					
22.	Saya menghormati setiap nasihat yang diberikan oleh siapapun					
23.	Saya akan langsung marah ketika ada teman yang					
24.	Saya selalu iri dengan teman saya					
25.	Saya membutuhkan bantuan orang lain ketika ada masalah					
26.	Saya berbagi tempat tidur dengan teman					
27.	Saya tidak suka jika ada orang yang menegur kesalahan saya					
28.	Saya akan melampiaskan kekesalan pada teman					
29.	Saya mampu mematuhi aturan pondok					
30.	Saya mengerti bahwa menjadi santri lebih banyak tuntutan daripada siswa umum					
31.	Ketika ada teman yang berbuat salah kepada saya, saya hanya diam dan tidak membalasnya					
32.	Saya kurang yakin bisa menjalani kehidupan pondok dengan baik					

LAMPIRAN 2
HASIL UJI VALIDITAS VARIABEL X

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X001	131,07	149,306	,160	,865
X002	130,23	158,461	-,166	,863
X003	130,27	151,444	,397	,856
X004	131,67	154,506	,057	,863
X005	131,63	145,620	,416	,854
X006	130,17	144,695	,723	,849
X007	130,60	150,938	,384	,856
X008	131,40	155,766	,048	,861
X009	131,43	130,806	,742	,842
X010	131,13	139,430	,444	,854
X011	131,87	154,878	,014	,867
X012	130,17	151,109	,388	,856
X013	131,20	146,097	,412	,854
X014	132,00	150,414	,456	,855
X015	130,57	153,289	,152	,860
X016	130,20	148,648	,647	,852
X017	131,70	153,803	,106	,861
X018	130,97	146,309	,460	,853
X019	131,23	157,013	-,050	,863
X020	130,37	151,206	,414	,855
X021	130,77	138,806	,730	,845
X022	130,40	144,110	,686	,849
X023	130,17	144,695	,723	,849
X024	131,30	163,666	-,368	,871

X025	130,97	141,826	,624	,848
X026	130,50	157,845	-,100	,864
X027	131,43	130,806	,742	,842
X028	130,00	155,172	,139	,859
X029	131,03	135,344	,701	,844
X030	130,40	144,110	,686	,849
X031	130,40	144,110	,686	,849
X032	130,27	159,168	-,220	,864
X033	131,03	144,378	,567	,850
X034	130,97	140,309	,511	,851

HASIL UJI RELIABILITAS VARIABEL X

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,859	34

HASIL UJI VALIDITAS VARIABEL Y

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y001	123,63	71,482	-,028	,839
Y002	123,97	67,826	,349	,827
Y003	123,20	67,959	,406	,826
Y004	123,50	65,224	,829	,816
Y005	123,80	72,924	-,203	,839
Y006	123,53	66,120	,453	,823
Y007	124,27	77,375	-,469	,855
Y008	124,30	64,424	,473	,822
Y009	124,07	73,651	-,216	,844
Y010	123,57	63,289	,749	,813
Y011	123,40	65,007	,666	,817
Y012	123,53	63,844	,578	,818
Y013	123,50	65,224	,829	,816
Y014	123,33	65,264	,508	,821

Y015	123,57	66,185	,511	,822
Y016	123,23	65,564	,709	,818
Y017	123,83	72,971	-,161	,842
Y018	123,47	65,292	,547	,820
Y019	123,23	68,737	,313	,828
Y020	123,57	63,289	,749	,813
Y021	123,73	63,582	,634	,816
Y022	123,40	65,834	,574	,820
Y023	123,70	68,148	,248	,830
Y024	123,33	66,782	,587	,821
Y025	124,03	73,413	-,207	,843
Y026	123,77	69,013	,221	,830
Y027	123,50	65,224	,829	,816
Y028	123,70	62,562	,532	,819
Y029	123,37	69,964	,112	,834
Y030	123,50	65,224	,829	,816
Y031	124,87	76,947	-,340	,862
Y032	124,27	63,857	,582	,818

LAMPIRAN 3 HASIL UJI ASUMSI KLASIK

HASIL UJI LINIERITAS

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
penyesuaian diri * Qonaah	5481,346	33	166,101	1,674	,072
Between Groups	1362,974	1	1362,974	13,734	,001
Linearity	4118,372	32	128,699	1,297	,231
Deviation from Linearity					
Within Groups	3274,833	33	99,237		
Total	8756,179	66			

HASIL UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		67
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	10,58386797
	Most Extreme Differences	
	Absolute	,094
	Positive	,090
	Negative	-,094
Test Statistic		,094
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

LAMPIRAN 3 HASIL UJI HIPOTESIS

HASIL UJI HIPOTESIS

Correlations

		penyesuaian diri	Qonaah
penyesuaian diri	Pearson Correlation	1	,705**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	67	67
Qonaah	Pearson Correlation	,705**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	67	67

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).