HUBUNGAN ANTARA *SELF ESTEEM* DENGAN *SELF ADJUSTMENT* PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN SIROJUTH THOLIBIN

Sintiyawati Ladiku[1], Salahuddin Liputo[2], Muhammad Mursyid[3], Anik Indarwati[4]

[1,2,3,4]Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Alamat: Jl. Prof. Dr. H. Mansoer Pateda No.Desa, Pentadio Tim., Kec. Telaga Biru, Kabupaten Gorontalo, Gorontalo 96181

Email: sintiyawatiladiku@gmail.com[1], salahuddinliputo@umgo.ac.id[2], mursyid@umgo.ac.id[3], anikindarwaty@umgo.ac.id[4]

Abstrak

Kehidupan di lingkungan pondok pesantren mengharuskan santri tinggal dalam sistem asrama yang memiliki berbagai aturan, jadwal kegiatan yang terstruktur, serta pola hubungan sosial yang berbeda dibandingkan dengan kehidupan di lingkungan keluarga. Situasi tersebut menuntut kemampuan adaptasi yang baik, terutama bagi santri yang baru pertama kali menjalani kehidupan jauh dari orang tua dan keluarga. Salah satu faktor psikologis yang diduga berperan dalam proses penyesuaian diri santri adalah harga diri (*self esteem*), karena persepsi individu terhadap dirinya dapat memengaruhi cara mereka menghadapi tuntutan lingkungan baru. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *self esteem* dan *self adjustment* pada santri di Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin, Kabupaten Gorontalo. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional serta teknik analisis data berupa korelasi Pearson. Populasi penelitian terdiri atas 94 santri MTs Sirojuth Tholibin, dengan sampel sebanyak 76 santri yang ditentukan menggunakan teknik *Proportionate Stratified Random Sampling* berdasarkan rumus Slovin pada tingkat kesalahan 5%. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran skala *self esteem* dan skala *self adjustment* secara langsung kepada responden. Hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan nilai signifikansi sebesar $p = 0{,}000$ ($p < 0{,}05$) dengan koefisien korelasi sebesar $r = -0{,}492$. Temuan tersebut mengindikasikan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self esteem* dan *self adjustment*. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat *self esteem* yang dimiliki santri, maka semakin rendah tingkat *self adjustment*-nya, demikian pula sebaliknya. Hasil penelitian ini mengisyaratkan bahwa santri yang memiliki harga diri sangat tinggi cenderung mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan norma, aturan, dan budaya kolektif yang berlaku di lingkungan pesantren. Oleh karena itu, diperlukan perhatian terhadap pengembangan keseimbangan antara pembentukan harga diri yang positif dan kemampuan adaptasi yang baik dalam proses pembinaan santri agar mereka dapat berfungsi secara optimal dalam kehidupan pesantren.

Kata Kunci: *Self Esteem*, *Self Adjustment*, Santri, Pondok Pesantren

Abstract

Life in an Islamic boarding school (pondok pesantren) requires students (santri) to live in a dormitory environment characterized by strict regulations, structured daily schedules, and social interaction patterns that differ considerably from family life. These conditions demand strong adaptive abilities, particularly for students who are experiencing separation from their families for the first time. One psychological factor that is believed to influence the adjustment

process is self-esteem, as an individual's perception of self may affect how they respond to the challenges of a new environment. This study aims to examine the relationship between self-esteem and self-adjustment among students at Sirojuth Tholibin Islamic Boarding School, Gorontalo Regency. The research employed a quantitative correlational approach with Pearson correlation analysis. The study population consisted of 94 students from MTs Sirojuth Tholibin, while a sample of 76 students was selected using the Proportionate Stratified Random Sampling technique based on the Slovin formula with a 5% margin of error. Data were collected through self-esteem and self-adjustment scales administered directly to the participants. The results of the Pearson correlation analysis revealed a significance value of p = 0.000 (p < 0.05) and a correlation coefficient of r = -0.492. These findings indicate a significant negative relationship between self-esteem and self-adjustment. This means that higher levels of self-esteem are associated with lower levels of self-adjustment, and vice versa. The findings suggest that students with very high self-esteem may experience greater difficulty adapting to the norms, rules, and collective culture of the boarding school environment. Therefore, maintaining a balance between positive self-esteem development and adaptive skills is essential in fostering students' personal growth and successful adjustment within the pesantren setting.

***Keywords**: Self-Esteem, Self-Adjustment, Students (Santri), Islamic Boarding School*

1. Pendahuluan

Pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan Islam tertua di Indonesia yang memiliki peran penting dalam pembentukan karakter, penguatan nilai-nilai keagamaan, serta pengembangan kepribadian peserta didik. Sistem pendidikan pesantren tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik dan penguasaan ilmu agama, tetapi juga menekankan pembinaan akhlak, kedisiplinan, kemandirian, serta kehidupan sosial melalui sistem asrama yang terintegrasi dengan aktivitas sehari-hari santri. Keberadaan pesantren terus mengalami perkembangan yang signifikan seiring meningkatnya kebutuhan masyarakat terhadap pendidikan berbasis nilai-nilai Islam. Berdasarkan data Kementerian Agama Republik Indonesia, jumlah santri di Indonesia pada tahun 2025 mencapai sekitar 3,65 juta jiwa yang tersebar pada lebih dari 25.000 pondok pesantren di seluruh wilayah Indonesia. Kondisi ini menunjukkan bahwa pesantren memiliki kontribusi yang besar dalam sistem pendidikan nasional dan menjadi lingkungan sosial yang penting bagi perkembangan psikologis remaja (Kementerian Agama Republik Indonesia, 2025).

Kehidupan di pesantren memiliki karakteristik yang berbeda dengan kehidupan di lingkungan keluarga maupun sekolah formal pada umumnya. Santri diwajibkan tinggal di asrama dalam jangka waktu tertentu, mengikuti jadwal kegiatan yang padat, mematuhi berbagai aturan yang berlaku, serta berinteraksi secara intensif dengan teman sebaya dari latar belakang sosial dan budaya yang beragam. Lingkungan yang demikian menuntut kemampuan adaptasi yang baik agar santri dapat menjalani kehidupan pesantren secara optimal. Namun demikian, proses adaptasi tersebut tidak selalu berjalan dengan mudah, terutama bagi santri yang baru pertama kali tinggal jauh dari orang tua. Perasaan rindu rumah (*homesickness*), kesulitan menyesuaikan diri dengan aturan yang ketat, tuntutan akademik dan keagamaan yang tinggi, serta perubahan pola hubungan sosial sering kali menjadi sumber tekanan psikologis bagi santri (Mashabi & Ciptianingsih, 2023).

Kemampuan individu dalam menghadapi dan menyesuaikan diri terhadap tuntutan lingkungan dikenal sebagai penyesuaian diri (*self adjustment*). Penyesuaian diri merupakan proses psikologis yang memungkinkan individu mencapai keseimbangan antara kebutuhan

pribadi dengan tuntutan lingkungan sehingga tercipta hubungan yang harmonis dan efektif (Schneiders, 1955a). Dalam konteks pesantren, penyesuaian diri mencakup kemampuan santri untuk menyesuaikan perilaku, emosi, pola pikir, serta hubungan sosialnya dengan nilai-nilai religius, norma kehidupan pesantren, dan berbagai aktivitas yang harus dijalani setiap hari. Santri yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik cenderung mampu mengelola emosi secara positif, menunjukkan perilaku yang sesuai dengan aturan, serta membangun hubungan sosial yang sehat dengan lingkungan sekitarnya. Sebaliknya, kegagalan dalam proses penyesuaian diri dapat menyebabkan munculnya stres, kecemasan, konflik interpersonal, rendahnya motivasi belajar, hingga keinginan untuk meninggalkan pesantren (Barokah, 2021; Permatasari & Savira, 2018)

Fenomena penyesuaian diri santri juga ditemukan di Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin Kabupaten Gorontalo. Berdasarkan data awal yang diperoleh peneliti, jumlah santri yang aktif pada tahun 2025 sebanyak 94 orang yang terdiri atas 36 santri kelas VII, 20 santri kelas VIII, dan 38 santri kelas IX. Hasil wawancara awal menunjukkan bahwa kemampuan penyesuaian diri santri masih beragam. Sebagian santri, khususnya yang baru memasuki lingkungan pesantren, mengaku mengalami kesulitan dalam beradaptasi karena merasa rindu keluarga, kurang percaya diri dalam berinteraksi dengan teman baru, serta mengalami kesulitan dalam mengatur waktu antara kegiatan belajar, ibadah, dan aktivitas asrama. Di sisi lain, terdapat santri yang mampu beradaptasi dengan baik, merasa nyaman dengan kehidupan pesantren, serta menunjukkan kemandirian dan kedisiplinan yang tinggi. Perbedaan kemampuan penyesuaian diri tersebut mengindikasikan adanya faktor-faktor psikologis tertentu yang memengaruhi keberhasilan santri dalam beradaptasi dengan lingkungan pesantren.

Salah satu faktor internal yang diduga memiliki hubungan erat dengan kemampuan penyesuaian diri adalah *self esteem* atau harga diri. Menurut (Rosenberg, 1965) *self esteem* merupakan evaluasi individu terhadap dirinya sendiri yang mencerminkan tingkat penghargaan, penerimaan, dan penilaian positif terhadap diri. Individu yang memiliki *self esteem* tinggi cenderung memandang dirinya sebagai pribadi yang berharga, memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri, serta mampu menghadapi berbagai tantangan secara lebih positif. Sebaliknya, individu dengan *self esteem* rendah sering kali mengalami keraguan terhadap kemampuan diri, merasa kurang berharga, dan lebih rentan mengalami masalah psikologis ketika menghadapi tekanan lingkungan (Orth & Robins, 2022).

Dalam kehidupan pesantren, *self esteem* memiliki peran yang sangat penting karena berkaitan dengan kemampuan santri dalam membangun hubungan sosial, menghadapi tuntutan lingkungan, serta mengembangkan identitas diri yang positif. Santri yang memiliki harga diri tinggi cenderung lebih percaya diri dalam berinteraksi dengan teman sebaya, lebih mudah menerima kritik dan masukan, serta mampu melihat tantangan sebagai bagian dari proses pembelajaran. Sebaliknya, santri dengan harga diri rendah lebih rentan mengalami kecemasan sosial, menarik diri dari pergaulan, dan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan baru (Khasanah & Raharjo, 2024). Penelitian (Fathiya dkk., 2025) juga menunjukkan bahwa peningkatan *self esteem* melalui intervensi psikoedukatif berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan adaptasi sosial pada remaja.

Hubungan antara *self esteem* dan *self adjustment* telah dibuktikan melalui berbagai penelitian sebelumnya. Penelitian yang dilakukan oleh (Sandha dkk., 2012) menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *self esteem* dan penyesuaian diri pada siswa SMA dengan kontribusi efektif sebesar 54,8%. Hasil serupa juga ditemukan oleh (K. N. Widad, 2020) yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat *self esteem* yang tinggi memiliki kemampuan penyesuaian diri yang lebih baik terhadap tuntutan akademik dan sosial. Dalam konteks pesantren, penelitian (Hikmah & Rosyidi, 2020) menemukan hubungan positif yang signifikan antara *self esteem* dan *self adjustment* pada santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ihsan Gresik dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,817. Temuan tersebut menunjukkan bahwa

harga diri memiliki peran penting dalam membantu santri menghadapi tekanan sosial, mengelola stres, serta menyesuaikan diri dengan aturan dan budaya pesantren.

Meskipun demikian, penelitian mengenai hubungan *self esteem* dan *self adjustment* dalam konteks pesantren masih relatif terbatas, terutama pada pesantren yang berada di wilayah Gorontalo. Sebagian besar penelitian sebelumnya dilakukan pada siswa sekolah umum atau mahasiswa, sehingga karakteristik lingkungan pesantren yang memiliki budaya religius yang kuat, pola kehidupan kolektif, serta sistem kepatuhan yang khas belum banyak dikaji secara mendalam. Padahal, karakteristik tersebut berpotensi memengaruhi cara santri memandang dirinya sendiri dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang ada. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang lebih spesifik untuk memahami hubungan antara *self esteem* dan *self adjustment* dalam konteks kehidupan pesantren.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan kajian psikologi pendidikan Islam, khususnya terkait faktor-faktor psikologis yang memengaruhi keberhasilan adaptasi santri. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengelola pesantren dalam merancang program pembinaan psikologis yang berorientasi pada penguatan harga diri santri sebagai upaya meningkatkan kemampuan penyesuaian diri, kesejahteraan psikologis, serta keberhasilan mereka dalam menjalani kehidupan di pesantren. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji hubungan antara *self esteem* dengan *self adjustment* pada santri di Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin Kabupaten Gorontalo.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian bertujuan untuk menguji hubungan antara variabel secara objektif melalui analisis statistik. Sementara itu, desain korelasional digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel *self esteem* (harga diri) sebagai variabel bebas (*independent variable*) dan *self adjustment* (penyesuaian diri) sebagai variabel terikat (*dependent variable*). Pengumpulan data dilakukan menggunakan metode survei melalui penyebaran instrumen penelitian berupa skala psikologis kepada responden.

Penelitian ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin yang berlokasi di Desa Sidomukti, Kecamatan Mootilango, Kabupaten Gorontalo. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada adanya fenomena penyesuaian diri yang beragam di kalangan santri serta kesesuaian karakteristik lokasi dengan tujuan penelitian.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santri MTs Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin yang berjumlah 94 orang. Populasi tersebut terdiri atas 36 santri kelas VII, 20 santri kelas VIII, dan 38 santri kelas IX. Penentuan sampel dilakukan menggunakan teknik *Probability Sampling* dengan jenis *Proportionate Stratified Random Sampling*. Teknik ini dipilih karena populasi penelitian terbagi ke dalam beberapa strata berdasarkan tingkat kelas, sehingga setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk menjadi sampel penelitian. Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan (*margin of error*) sebesar 5%. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh jumlah sampel sebanyak 76 santri. Selanjutnya, jumlah sampel tersebut didistribusikan secara proporsional pada masing-masing kelas, yaitu 29 santri dari kelas VII, 16 santri dari kelas VIII, dan 31 santri dari kelas IX. Dengan demikian, seluruh strata dalam populasi tetap terwakili secara proporsional sesuai jumlah anggotanya.

Data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh secara langsung dari responden melalui penyebaran instrumen penelitian berupa skala *self esteem* dan skala *self adjustment*. Skala *self esteem* digunakan untuk mengukur tingkat harga diri santri, sedangkan skala *self adjustment* digunakan untuk mengukur kemampuan penyesuaian diri santri dalam kehidupan pesantren. Kedua instrumen disusun

menggunakan model Skala Likert yang memberikan beberapa alternatif jawaban untuk menunjukkan tingkat persetujuan responden terhadap setiap pernyataan. Sementara itu, data sekunder diperoleh melalui studi dokumentasi yang bersumber dari data administrasi Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin, laporan statistik pendidikan pesantren, publikasi Kementerian Agama Republik Indonesia, jurnal ilmiah, buku referensi, serta berbagai dokumen lain yang relevan dengan penelitian.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas skala *self esteem* dan skala *self adjustment*. Kedua instrumen tersebut diadaptasi dari penelitian terdahulu yang telah memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang memadai. Skala *self esteem* yang digunakan dalam penelitian ini diadaptasi dari penelitian (Rokhmatika & Muslikah, 2024) yang disusun berdasarkan teori (Coopersmith, 1965). Skala ini bertujuan untuk mengukur tingkat penghargaan individu terhadap dirinya sendiri melalui empat aspek utama, yaitu *significance* (keberartian), *virtue* (kebajikan), *power* (kekuatan), dan *competence* (kemampuan). Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,867, yang mengindikasikan bahwa instrumen memiliki tingkat reliabilitas yang sangat baik karena nilai koefisien alpha berada di atas 0,80.

Tabel 1. Kisi-kisi Skala Self Esteem

Aspek	**Item Favorable**	**Item Unfavorable**	**Jumlah**
Significance (Keberartian)	1, 3, 5, 7, 9, 11	2, 4, 6, 8, 10, 12	12
Virtue (Kebajikan)	13, 15, 17, 19, 21	14, 16, 18, 20, 22	10
Power (Kekuatan)	23, 25, 27, 29, 30, 32, 34	24, 26, 28, 31, 33	12
Competence (Kemampuan)	35, 37, 39, 41, 43	36, 38, 40, 42, 44	10
Jumlah			**44**

Skala *self adjustment* yang digunakan dalam penelitian ini diadaptasi dari penelitian Dayyana (2021) yang mengacu pada teori penyesuaian diri yang dikemukakan oleh (Schneiders, 1955b). Skala ini terdiri atas empat aspek, yaitu *self knowledge and self insight* (pengetahuan dan wawasan diri), *adaptability* (kemampuan beradaptasi), *self control and self development* (kontrol diri dan pengembangan diri), serta *adequate perspective, scale of values and philosophy of life* (perspektif, sistem nilai, dan filosofi hidup yang memadai). Hasil pengujian reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,852, yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat reliabilitas yang baik.

Tabel 2. Kisi-kisi Skala Self Adjustment

Aspek	Item Favorable	Item Unfavorable	Jumlah
Self Knowledge and Self Insight (Pengetahuan dan Wawasan Diri)	1, 2, 14	5	4
Adaptability (Kemampuan Beradaptasi)	4	16, 17	3
Self Control and Self Development (Kontrol Diri dan Pengembangan Diri)	3, 10	6, 7, 8, 18	6
Adequate Perspective, Scale of Values and Philosophy of Life (Perspektif, Sistem Nilai, dan Filosofi Hidup yang Memadai)	9, 12	11, 13, 15	5
Jumlah			**18**

Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan data primer berupa skala psikologis dengan model Skala Likert. Skor dari setiap item kemudian dijumlahkan untuk menggambarkan karakteristik individu pada variabel yang diukur. Dalam penelitian ini digunakan dua jenis skala, yaitu skala *self esteem* dan skala *self adjustment*. Masing-masing item pernyataan disajikan dalam empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS). Item-item dalam instrumen dibedakan

menjadi dua jenis, yaitu *favorable* (mendukung atribut yang diukur) dan *unfavorable* (tidak mendukung atribut yang diukur).

Tabel 4. Skor Penilaian Skala Likert

Respons	Keterangan	Skor Favorable	Skor Unfavorable
STS	Sangat Tidak Setuju	1	4
TS	Tidak Setuju	2	3
S	Setuju	3	2
SS	Sangat Setuju	4	1

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik parametrik dengan uji korelasi Pearson Product Moment untuk mengetahui hubungan antara *self esteem* dan *self adjustment* pada santri Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin. Pengolahan data dilakukan menggunakan program SPSS versi 25 dengan taraf signifikansi 0,05. Sebelum uji hipotesis dilakukan, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov dan uji linearitas menggunakan ANOVA. Setelah memenuhi asumsi normalitas dan linearitas, hubungan antara kedua variabel dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment.

3. Hasil dan Pembahasan

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan sebagai salah satu uji prasyarat sebelum pengujian hipotesis menggunakan korelasi Pearson Product Moment. Tujuan uji ini adalah untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini, uji normalitas dilakukan menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov karena jumlah sampel penelitian lebih dari 50 responden. Kriteria pengambilan keputusan adalah apabila nilai Asymp. Sig. (2-tailed) > 0,05, maka data dinyatakan berdistribusi normal.

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas

N	**Asymp. Sig. (2-tailed)**	**Keterangan**
76	0,876	Data Berdistribusi Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov pada Tabel 4.18, diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,876. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05 (0,876 > 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi normalitas telah terpenuhi dan analisis dapat dilanjutkan ke tahap pengujian hipotesis menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment.

Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan sebagai uji prasyarat sebelum pengujian hipotesis untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel *self esteem* dan *self adjustment* bersifat linear. Pengujian dilakukan menggunakan analisis ANOVA dengan melihat nilai *Deviation from Linearity*. Dasar pengambilan keputusan dalam uji ini adalah apabila nilai signifikansi *Deviation from Linearity* lebih besar dari 0,05, maka hubungan antara kedua variabel dinyatakan linear.

Tabel 6. Hasil Uji Linearitas

Variabel	**Deviation from Linearity**	**Keterangan**
Self Esteem dan Self Adjustment	0,280	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas pada Tabel 6, diperoleh nilai *Deviation from Linearity* sebesar 0,280. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05 (0,280 > 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel *self esteem* dan *self adjustment*. Dengan demikian, asumsi linearitas telah terpenuhi dan analisis dapat dilanjutkan ke tahap pengujian hipotesis menggunakan korelasi Pearson Product Moment.

Uji Hipotesis

Setelah seluruh uji prasyarat terpenuhi, tahap selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis menggunakan korelasi Pearson Product Moment untuk mengetahui hubungan antara *self esteem* dan *self adjustment* pada santri Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin. Pengambilan keputusan didasarkan pada nilai signifikansi (p-value), yaitu apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel.

Tabel 7. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Pearson Correlation (r)	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Self Esteem dan Self Adjustment	-0,492	0,000	Terdapat hubungan negatif yang signifikan dengan tingkat hubungan sedang

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 7, diperoleh nilai koefisien korelasi (*r*) sebesar -0,492 dengan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05 (0,000 < 0,05), sehingga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self esteem* dan *self adjustment*. Dengan demikian, hipotesis alternatif (Ha) diterima dan hipotesis nol (H0) ditolak. Nilai koefisien korelasi sebesar -0,492 menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat negatif dengan tingkat hubungan sedang. Tanda negatif mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat *self esteem* yang dimiliki santri, maka semakin rendah tingkat *self adjustment*-nya, dan sebaliknya. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self esteem* dan *self adjustment* pada santri Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin dengan kategori kekuatan hubungan sedang.

Hubungan antara Self Esteem dengan Self Adjustment pada Santri di Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin

Kehidupan di lingkungan pesantren menuntut santri untuk mampu beradaptasi dengan berbagai aturan, jadwal kegiatan yang terstruktur, serta pola interaksi sosial yang intensif. Kemampuan untuk menyesuaikan diri terhadap berbagai tuntutan tersebut menjadi faktor penting dalam menunjang keberhasilan santri menjalani kehidupan di pesantren. Di sisi lain, kondisi psikologis internal seperti *self esteem* juga berperan dalam memengaruhi bagaimana individu memandang dirinya sendiri dan merespons lingkungan sosial di sekitarnya.

Self esteem merupakan evaluasi individu terhadap dirinya yang mencerminkan perasaan berharga, penerimaan diri, dan keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki (Rosenberg, 1965). Sementara itu, *self adjustment* merupakan kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan sehingga tercapai keseimbangan antara kebutuhan pribadi dan tuntutan sosial (Schneiders, 1955b). Kedua aspek tersebut memiliki peran penting dalam mendukung keberhasilan santri beradaptasi dengan kehidupan pesantren.

Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self esteem* dan *self adjustment* pada santri Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin. Hal ini ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi sebesar r = -0,492 dengan nilai signifikansi p = 0,000 (p < 0,05). Nilai koefisien korelasi tersebut menunjukkan hubungan negatif dengan kekuatan hubungan pada kategori sedang. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat *self esteem* yang dimiliki santri, maka kecenderungan *self adjustment*-nya semakin rendah, dan sebaliknya.

Temuan ini menunjukkan adanya dinamika yang berbeda dengan sebagian besar penelitian yang umumnya menemukan hubungan positif antara *self esteem* dan penyesuaian diri. Dalam konteks kehidupan pesantren yang sarat dengan aturan, disiplin, dan budaya kolektivitas, santri yang memiliki *self esteem* tinggi cenderung memiliki keyakinan yang kuat terhadap nilai, pandangan, dan kemampuan dirinya sendiri. Kondisi tersebut dapat membuat individu lebih sulit menyesuaikan diri dengan norma dan aturan yang mengharuskan adanya

keseragaman perilaku serta kepatuhan terhadap sistem yang berlaku. Temuan ini sejalan dengan pandangan (Coopersmith, 1965) yang menyatakan bahwa individu dengan *self esteem* tinggi cenderung mempertahankan konsistensi diri dan nilai-nilai personal yang dimilikinya.

Sebaliknya, santri yang memiliki *self esteem* lebih rendah cenderung menunjukkan kemampuan penyesuaian diri yang lebih baik. Kondisi ini dapat dijelaskan karena individu dengan *self esteem* yang lebih rendah umumnya memiliki kebutuhan yang lebih besar untuk memperoleh penerimaan sosial dari lingkungan sekitarnya. Menurut (Hurlock, 2001) individu dengan tingkat kepercayaan diri yang rendah cenderung lebih berhati-hati dalam bertindak dan berusaha menyesuaikan perilakunya agar dapat diterima oleh kelompok sosial. Dalam lingkungan pesantren, kondisi tersebut dapat mendorong santri untuk lebih patuh terhadap aturan, lebih mudah mengikuti kebiasaan yang berlaku, serta lebih cepat beradaptasi dengan kehidupan asrama.

Selain itu, karakteristik kehidupan pesantren yang menekankan nilai kedisiplinan, kepatuhan, kesederhanaan, kebersamaan, dan penghormatan kepada guru turut memengaruhi hubungan antara *self esteem* dan *self adjustment*. Dalam budaya pesantren, kepentingan bersama sering kali ditempatkan di atas kepentingan individu. Oleh karena itu, kemampuan untuk menyesuaikan diri menjadi aspek yang sangat penting agar santri dapat diterima dan berkembang secara optimal di lingkungan tersebut.

Temuan penelitian ini juga dapat dijelaskan melalui konsep keseimbangan antara orientasi diri (*self-oriented*) dan orientasi lingkungan (*environment-oriented*). *Self esteem* lebih berkaitan dengan bagaimana individu menilai dirinya sendiri, sedangkan *self adjustment* berkaitan dengan kemampuan individu merespons tuntutan lingkungan. Ketika orientasi diri menjadi terlalu dominan tanpa diimbangi dengan fleksibilitas psikologis, individu berpotensi mengalami kesulitan dalam proses adaptasi terhadap lingkungan yang memiliki tuntutan tertentu.

Meskipun demikian, hubungan negatif yang ditemukan dalam penelitian ini tidak serta-merta menunjukkan kondisi yang tidak menguntungkan. Sebaliknya, hasil tersebut menggambarkan adanya proses penyesuaian yang kompleks, di mana santri berusaha menyeimbangkan antara mempertahankan identitas diri dengan tuntutan untuk beradaptasi terhadap lingkungan pesantren. Oleh karena itu, pengembangan *self esteem* yang sehat perlu diimbangi dengan kemampuan menerima masukan, bersikap fleksibel, serta terbuka terhadap perubahan dan tuntutan lingkungan.

Hasil penelitian ini memperoleh dukungan dari beberapa penelitian terdahulu yang menemukan bahwa hubungan antara *self esteem* dan penyesuaian diri tidak selalu bersifat positif. (K. N. N. Widad & Arjanggi, 2021) menemukan adanya hubungan negatif antara *self esteem* dan penyesuaian diri pada remaja yang tinggal di asrama. Hasil serupa juga ditemukan oleh (Ulfah, 2025) pada siswa *boarding school*, yang menunjukkan bahwa individu dengan *self esteem* tinggi cenderung lebih mempertahankan identitas dirinya sehingga mengalami kesulitan dalam proses adaptasi. Penelitian (Sari & Partini, 2021) pada santri juga menunjukkan bahwa *self esteem* yang tinggi dapat menyebabkan individu lebih sulit menerima aturan yang ketat sehingga proses penyesuaian diri berlangsung lebih lambat.

Secara teoritis, temuan ini juga didukung oleh (Baumeister dkk., 2003) yang menjelaskan bahwa individu dengan *self esteem* tinggi terkadang memiliki evaluasi diri yang kuat dan cenderung defensif terhadap kritik atau perubahan dari lingkungan. Kondisi tersebut dapat menghambat proses adaptasi, terutama pada lingkungan yang menuntut kepatuhan tinggi seperti pesantren. Selain itu, teori *sociometer* yang dikemukakan oleh (Leary, 2022) menjelaskan bahwa *self esteem* berkaitan dengan persepsi individu terhadap penerimaan sosial. Individu yang merasa dirinya telah diterima cenderung memiliki dorongan yang lebih rendah untuk mengubah perilakunya dibandingkan individu yang masih berusaha memperoleh penerimaan sosial.

Dalam konteks Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian santri yang memiliki *self esteem* tinggi cenderung mempertahankan identitas diri yang telah terbentuk sebelum memasuki pesantren. Mereka sering kali memiliki ekspektasi tertentu terhadap lingkungan baru yang tidak selalu sesuai dengan realitas kehidupan pesantren yang menuntut kesederhanaan, kedisiplinan, dan kepatuhan terhadap aturan. Akibatnya, proses adaptasi menjadi lebih menantang dibandingkan santri yang lebih mudah menyesuaikan diri dengan norma yang berlaku.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self esteem* dan *self adjustment* pada santri Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin. Temuan ini mengindikasikan bahwa peningkatan *self esteem* perlu diimbangi dengan pengembangan fleksibilitas psikologis dan kemampuan adaptasi agar santri mampu berfungsi secara optimal dalam lingkungan pesantren. Oleh karena itu, pesantren perlu mengembangkan program pembinaan yang tidak hanya berfokus pada peningkatan kepercayaan diri santri, tetapi juga pada penguatan kemampuan penyesuaian diri melalui layanan bimbingan dan konseling, pembinaan karakter, serta penciptaan lingkungan yang mendukung perkembangan psikologis santri secara seimbang.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan mengenai hubungan antara *self esteem* dan *self adjustment* pada santri di Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara kedua variabel tersebut. Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05, sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self esteem* yang dimiliki santri, maka kemampuan *self adjustment* cenderung semakin rendah, demikian pula sebaliknya. Dengan demikian, *self esteem* merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan kemampuan penyesuaian diri santri dalam menjalani kehidupan di lingkungan pesantren.

Daftar Pustaka

Barokah, M. (2021). Self Adjustment Mahasiswa Pascasarjana Cerebral Palsy. *Psyche: Jurnal Psikologi*, *3*(1), 38–52.

Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, *4*(1), 1–44. https://doi.org/10.1111/1529-1006.01431

Coopersmith, S. (1965). The antecedents of self-esteem. *Princeton*. https://cir.nii.ac.jp/crid/1573387449985424512

Fathiya, C. K., Sianturi, G. P., Wulandari, P., Rahmi, S., Adila, R. D., & Oktarina, Y. (2025). Peningkatan Self-Esteem Dan Self-Efficacy Anak Panti Asuhan Abul Hasan Melalui Program LOKER. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*, *6*(1), 3969–3976.

Hikmah, N., & Rosyidi, H. H. (2020). *Hubungan Antara Self Esteem Dengan Self Adjusment Pada Santri Di Pondok Pesantren Mamba'ul Ihsan Banyu Urip Ujung Pangkah Gresik*.

Hurlock, E. B. (2001). *Developmental psychology*. Tata McGraw-Hill Education. https://dev.safeplumbing.org/scholarship/xNhwlb/4AD139/developmental-psychology__by-elizabeth_hurlock.pdf

Kementerian Agama Republik Indonesia. (2025). *Santri Ponpes di Indonesia Mencapai 3,65 Juta*. Kementerian Agama Republik Indonesia. https://kemenag.go.id/nasional/santri-ponpes-di-indonesia-mencapai-365-juta-0cl8mj

Khasanah, S., & Raharjo, T. (2024). Self Harm Behavior in Female Boarding School Students: Overview of Social Anxiety and Self Esteem. *Hikmah*, *21*(2), 229–239.

Leary, M. R. (2022). The Need to Belong. Dalam *The Need to Belong*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9780367198459-REPRW57-1

Mashabi, N. A., & Ciptianingsih, R. A. (2023). Self-Adjustment and Psychological Well-being of Santri at the Asshiddiqiyah 2 Islamic Boarding School, Tangerang, Banten. *Journal of Family Sciences*. https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&profile=ehost&scope=site&authtype=crawler&jrnl=24602329&AN=173872309&h=Wo47szPw3TbHdIChkUifC36sMHQVCIy7faW2o2FxLq%2BsAgkOeiz%2FCEBXcls63%2FJL5%2FffNZdIcZbYsvdA7geFKg%3D%3D&crl=c

Orth, U., & Robins, R. W. (2022). Is high self-esteem beneficial? Revisiting a classic question. *American psychologist*, *77*(1), 5.

Permatasari, R. A., & Savira, S. I. (2018). Hubungan antara self-esteem dengan penyesuaian diri pada mahasiswa psikologi angkatan 2017 Universitas Negeri Surabaya. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, *5*(2). https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/24944

Rokhmatika, N., & Muslikah, M. (2024). Pengembangan Instrumen Self-Esteem Coopersmith (Citra Diri). *Jurnal Literasi Indonesia*, *1*(1), 1–8.

Rosenberg, M. (1965). Rosenberg self-esteem scale (RSE). *Acceptance and commitment therapy. Measures package*, *61*(52), 18.

Sandha, T., Hartati, S., & Fauziah, N. (2012). Hubungan antara self esteem dengan penyesuaian diri pada siswa tahun pertama SMA Krista Mitra Semarang. *Jurnal Empati*, *1*(1), 47–82.

Sari, N. A. & Partini. (2021). *Penyesuaian Diri Santri Baru Ditinjau Dari Kematangan Emosi Dan Konsep Diri* [S1, Universitas Muhammadiyah Surakarta]. https://eprints.ums.ac.id/92191/

Schneiders, A. A. (1955a). *Personal adjustment and mental health.* https://psycnet.apa.org/record/1955-07229-000

Schneiders, A. A. (1955b). *Personal Adjustment and Mental Health*. Rinehart.

Ulfah, M. (2025). *Pengaruh self esteem terhadap subjective well being pada remaja di SMA International Islamic Boarding School: Peran social support sebagai moderator* [Masters, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim]. http://etheses.uin-malang.ac.id/78902/

Widad, K. N. (2020). *Hubungan antara self-esteem dengan penyesuaian diri pada mahasiswa fakultas psikologi UNISSULA* [PhD Thesis, Universitas Islam Sultan Agung]. https://repository.unissula.ac.id/21067/

Widad, K. N. N., & Arjanggi, R. (2021). *Hubungan Antara Self Esteem dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UNISSULA*.