

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

Sintiyawati Ladiku¹, Salahuddin Liputo², Muhammad Mursyid³, Anik Indarwati⁴

^{1,2,3,4}Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Indonesia

Corresponden E-mail: sintiyawatiladiku@gmail.com¹

Abstrak

Kehidupan di pondok pesantren menempatkan santri dalam lingkungan asrama yang sarat aturan, jadwal terstruktur, dan pola interaksi sosial yang berbeda jauh dari kehidupan keluarga. Kondisi ini menuntut kemampuan adaptasi yang tinggi, terutama bagi santri yang baru pertama kali meninggalkan lingkungan keluarganya. Kemampuan penyesuaian diri (*self adjustment*) santri diduga berkaitan erat dengan tingkat harga diri (*self esteem*) yang dimiliki. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self esteem* dengan *self adjustment* pada santri di Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin, Kabupaten Gorontalo. Metode pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan teknik analisis korelasi pearson. Populasi berjumlah 94 santri MTs Sirojuth Tholibin, dan sampel ditetapkan sebanyak 76 santri menggunakan teknik Proportionate Stratified Random Sampling berdasarkan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%. Data dikumpulkan melalui skala *self esteem* dan skala *self adjustment* yang disebarakan secara langsung. Hasil analisis korelasi pearson diperoleh nilai signifikan sebesar $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0,492$, yang menandakan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self esteem* dengan *self adjustment*, yang bermakna bahwa semakin tinggi tingkat *self esteem* yang dimiliki santri, maka semakin rendah tingkat *self adjustment*-nya dan sebaliknya. Temuan ini menunjukkan bahwa santri dengan harga diri yang sangat tinggi cenderung merasa lebih sulit untuk menyesuaikan diri dengan norma dan aturan di lingkungan pesantren yang menuntut kepatuhan kolektif. Dengan demikian, keseimbangan antara harga diri dan kemampuan beradaptasi menjadi hal penting yang perlu diperhatikan dalam pembinaan santri.

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

Abstract

Life in Islamic boarding schools places students in a dormitory environment with strict rules, structured schedules, and social interaction patterns that differ significantly from family life. This environment demands a high degree of adaptability, especially for students leaving their family environment for the first time. Students' self-adjustment is thought to be closely related to their level of self-esteem. This study aims to determine the relationship between self-esteem and self-adjustment among students at Sirojuth Tholibin Islamic Boarding School in Gorontalo Regency. The research method used a quantitative correlational approach with Pearson correlation analysis. The population consisted of 94 students at MTs Sirojuth Tholibin, and a sample of 76 students was determined using Proportionate Stratified Random Sampling based on the Slovin formula with a 5% margin of error. Data were collected using self-esteem and self-adjustment scales, which were distributed directly. The Pearson correlation analysis yielded a significant value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$) and a correlation coefficient of $r = -0.492$, indicating a significant negative relationship between self-esteem and self-adjustment. This means that the higher a student's self-esteem, the lower their self-adjustment, and vice versa. This finding suggests that students with very high self-esteem tend to find it more difficult to adapt to the norms and regulations of the Islamic boarding school environment, which demands collective obedience. Therefore, the balance between self-esteem and adaptability is crucial in student development.

Keywords: *Self-Esteem*; *Self-Adjustment*; Students; 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 aktif pada tahun 2025 sebanyak 94 orang yang terdiri atas 36 santri kelas VII, 20 santri kelas VIII, dan 38 santri kelas IX. Hasil observasi dan wawancara awal dengan pengurus pesantren dan beberapa santri menunjukkan bahwa kemampuan penyesuaian diri santri masih beragam. Sebagian santri, terutama santri baru, mengalami kesulitan beradaptasi dengan kehidupan pesantren yang ditandai dengan perasaan rindu keluarga (*homesickness*), kurang percaya diri dalam berinteraksi dengan teman sebaya, serta kesulitan menyesuaikan diri dengan jadwal kegiatan yang padat dan terstruktur. Selain itu, ditemukan pula beberapa bentuk masalah penyesuaian diri seperti keterlambatan mengikuti kegiatan ibadah berjamaah, kurang disiplin dalam menjalankan aturan asrama, kesulitan mengatur waktu antara kegiatan belajar, ibadah, dan aktivitas harian, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial pada masa awal tinggal di pesantren. Di sisi lain, terdapat santri yang mampu beradaptasi dengan baik, menunjukkan kemandirian, disiplin, serta aktif dalam berbagai kegiatan pesantren. Perbedaan kemampuan penyesuaian diri tersebut mengindikasikan adanya faktor-faktor psikologis tertentu yang memengaruhi keberhasilan santri dalam beradaptasi dengan lingkungan pesantren, salah satunya adalah *self-esteem*.

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 di lingkungan pesantren. 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, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah terdapat hubungan antara *self-esteem* dan *self-adjustment* pada santri di Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin Kabupaten Gorontalo?” Oleh

karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *self-esteem* dan *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
<i>Significance</i> (Keberartian)	1, 3, 5, 7, 9, 11	2, 4, 6, 8, 10, 12	12
<i>Virtue</i> (Kebajikan)	13, 15, 17, 19, 21	14, 16, 18, 20, 22	10
<i>Power</i> (Kekuatan)	23, 25, 27, 29, 30, 32, 34	24, 26, 28, 31, 33	12
<i>Competence</i> (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
<i>Self Knowledge and Self Insight</i> (Pengetahuan dan Wawasan Diri)	1, 2, 14	5	4
<i>Adaptability</i> (Kemampuan Beradaptasi)	4	16, 17	3
<i>Self Control and Self Development</i> (Kontrol Diri dan Pengembangan Diri)	3, 10	6, 7, 8, 18	6
<i>Adequate Perspective, Scale of Values and Philosophy of Life</i> (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 dilakukan menggunakan statistik parametrik dengan bantuan program SPSS versi 25 pada taraf signifikansi 0,05. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas dilakukan menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov untuk mengetahui apakah data pada masing-masing variabel berdistribusi normal, sedangkan uji linearitas dilakukan menggunakan analisis ANOVA untuk memastikan bahwa hubungan antara variabel *self-esteem* dan *self-adjustment* bersifat linear. Setelah kedua asumsi tersebut terpenuhi, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment untuk mengetahui arah, kekuatan, dan signifikansi hubungan antara *self-esteem* dan *self-adjustment* pada santri Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin.

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
<i>Self-esteem</i> dan <i>Self-adjustment</i>	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
<i>Self-esteem</i> dan <i>Self-adjustment</i>	-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 (*H_a*) 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 Adjustment 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., & Arjanggal, R. (2021). *Hubungan Antara Self-esteem dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UNISSULA*.