

Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Pengajar TPA Kadus IV Desa Sindon

Annisa Dian Kharisma
Universitas Sahid Surakarta

Pramesti Regita Sari
Universitas Sahid Surakarta

Alamat: Jl. Adisucipto no 144 Jaajar, Laweyan , Surakarta

Korespondensi penulis : regitap572@gmail.com*

Abstract, *Psychological well-being is something that is important in realizing the tasks of adolescent development. This research uses a qualitative method carried out with a phenomenological approach. Phenomenological research is a type of qualitative research that looks and hears more closely and in detail an individual's explanation and understanding of their experiences. The subjects in this study were 7 people. The results of this research show that the level of psychological well-being of TPQ teachers who are still teenagers is still relatively high. Furthermore, the aspects of self-acceptance, positive relationships with others, self-acceptance, positive relationships with others, mastery of the environment, life goals and personal growth are also at a high level.*

Keywords: *Psychological well-being, teenager*

Abstrak. Kesejahteraan psikologis adalah sesuatu hal yang penting dalam mewujudkan tugas dari perkembangan pada remaja. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang dilakukan dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian fenomenologi yaitu jenis penelitian kualitatif yang melihat dan mendengar lebih dekat dan terperinci penjelasan dan pemahaman individual tentang pengalaman-pengalamannya. Subjek pada penelitian ini berjumlah 7 orang. Hasil dari penelitian ini menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis pada pengajar tpq yang masih remaja ini masih tergolong tinggi. Selanjutnya pada aspek penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi berada pada tingkat yang tinggi pula.

Kata kunci : kesejahteraan psikologis, remaja

LATAR BELAKANG

Belajar membaca dan menulis Al-Quran merupakan kewajiban umat Islam. Kemampuan baca dan tulis Al-Quran merupakan modal yang sangat penting dalam hidup keberagaman umat Islam. Kemampuan baca tulis Al-Quran juga merupakan salah satu indikator kualitas kehidupan beragama seorang muslim. Oleh karena itu, gerakan baca dan tulis Al-Quran merupakan langkah strategis dalam meningkatkan kualitas umat Islam dan keberhasilan di bidang agama (Abu Tauhid, 1994)

Salah satu lembaga pendidikan yang mengajarkan baca tulis Al-Quran adalah Taman Pendidikan Al-Quran (TPQ). Taman Pendidikan Al-Quran adalah suatu lembaga pendidikan khusus dalam arti materi dan pola pendidikannya, materi khusus tersebut adalah menitikberatkan pada pengajaran membaca Al-Quran dengan baik dan benar atau sesuai

dengan kaidah-kaidah bacaan tajwid atau biasa disebut dengan bacaan tartil dan pekerjaan sholat, doa, dan menulis. Oleh karena itu peran pengajar TPQ sangatlah penting dalam mewujudkan hal tersebut.

Terdapat 3 TPQ yang berada di kadus IV Desa Sindon, TPQ Masjid Nurcahayah , TPQ Masjid At Taqwa dan TPQ masjid Al Ilham. Setiap TPQ memiliki pengajar masing- masing dengan santriyang lumayan banyak di setiap TPQ. Pengajar TPQ Kadus IV Desa Sindon didominasi oleh remaja yang masih bersekolah tingkat SMA/SMK.

Melihat kondisi di atas maka dibutuhkan pranan seorang pengajar yang cerdas dan pengajar yang mempunyai kemampuan. Pengajar yang memiliki kemampuan akan lebih mampu menciptakan lingkungan belajar yang efektif dan akan lebih mampu mengelola santri sehingga hasil belajar akan optimal.

Mayoritas pengajar di TPQ kadus IV Sindon didominasi oleh remaja. Bagi remaja kesejahteraan yang terpenting bagi hidupnya adalah memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi dibandingkan dengan kesejahteraan fisik dan mental. Kesejahteraan psikologis merupakan hal yang penting untuk di perhatikan. Karena, kesejahteraan psikologis merupakan pusat dari banyak penekanan baik dalam lingkungan keluarga maupun dalam lingkungan masyarakat, hal ini menjadi penting apabila remaja menjadi pengajar TPQ.

KAJIAN TEORITIS

a. Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan individu untuk menerima dirinya apa adanya (selfacceptance), membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain (positive relation with others), memiliki kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial (autonomy), mengontrol lingkungan eksternal (enviromental mastery),memiliki tujuan dalam hidupnya (purpose in life), serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinu (personal growth) (Ryff,1989).

Menurut Ryff (1989) kesejahteraan psikologis merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif, sebagai pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang. Dimana individu tersebut dapat menerima kekuatan dan kelemahan yang ada pada diri, menciptakan hubungan positif dengan orang lain,memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan dan mandiri, mampu berkompetensi untuk mengatur lingkungan, memiliki tujuan hidup dan merasa mampu melalui tahap perkembangannya.

b. Aspek Kesejahteraan Psikologis

Menurut Ryff (1989) terdiri dari enam aspek, yaitu: penerimaan diri (self-acceptance), hubungan positif dengan orang lain (positive relationship with others), otonomi (autonomy), penguasaan lingkungan (environmental mastery), tujuan hidup (purpose in life), dan pertumbuhan pribadi (personal growth).

Berikut ini penjelasan dari aspek kesejahteraan psikologis yang digambarkan oleh Ryff 1989:

a. Penerimaan Diri (self-acceptance).

Ditunjukkan pada individu yang dapat mengevaluasi secara positif terhadap dirinya sekarang dan dirinya di masa yang lalu. Individu dalam hal ini mampu untuk mempertahankan sikap positifnya dan sadar akan keterbatasan yang dimiliki. Dengan kata lain, seseorang yang mampu menerima dirinya adalah orang yang memiliki kapasitas untuk mengetahui dan menerima kekuatan serta kelemahan dirinya dan ini merupakan salah satu karakteristik dari berfungsi positif secara psikologis (positive psychological functioning).

b. Hubungan Positif dengan Orang Lain (positive relation with others)

Individu ini mampu untuk mengelola hubungan interpersonal yang hangat, berkualitas dan adanya kepercayaan satu sama lain serta ia merasa puas. Selain itu, adanya hubungan positif dengan orang lain juga ditandai dengan memiliki kedekatan dan hubungan yang berarti dengan orang tepat (significant others). Dalam kategori teori perkembangan orang dewasa juga menekankan ketercapaian dari hubungan yang akrab dengan orang lain (intimacy) serta adanya bimbingan dan arah dari orang lain (generativity).

c. Kemandirian (autonomy)

Kemampuan melakukan dan mengarahkan perilaku secara mandiri, penuh keyakinan diri. Individu yang mampu melakukan aktualisasi diri dan berfungsi penuh memiliki keyakinan dan kemandirian, sehingga dapat mencapai prestasi dengan memuaskan. Dalam sistem sosial, individu dengan otonomi mampu untuk mempertahankan dirinya, memiliki kualitas dari keberadaan diri (self-determination) dan memiliki kebebasan yang mana hal ini merupakan kemampuannya didalam tekanan sosial.

d. Penguasaan terhadap lingkungan (environmental mastery)

Adanya kapasitas untuk mengatur kehidupan dengan efektif dan lingkungan sekitar. Hal ini berarti memodifikasi lingkungannya agar dapat mengelola kebutuhan dan tuntutan-tuntutan dalam hidupnya. Dilihat dari karakteristik mental yang sehat, hal ini ditunjukkan

dengan kemampuan individu untuk memiliki atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi fisiknya.

e. Tujuan hidup (purpose in life)

Keberhasilan dalam menemukan makna dan tujuan diberbagai usaha dan kesempatan dapat diartikan sebagai individu yang memiliki tujuan di dalam hidupnya. Individu tersebut memiliki tujuan dan keyakinan bahwa hidupnya berarti. Dalam pengertian kematangan juga menekankan adanya pemahaman akan tujuan hidup, perasaan terarah, dan adanya suatu maksud dalam hidupnya.

f. Pertumbuhan pribadi (personal growth)

Berfungsinya aspek psikologis yang optimal mensyaratkan tidak hanya seseorang tersebut mencapai suatu karakteristik yang telah dicapai sebelumnya, namun juga adanya keberlanjutan dan pengembangan akan potensi yang dimiliki, untuk tumbuh dan terus berkembang sebagai seseorang yang utuh. Kebutuhan untuk mengaktualisasikan dirinya sendiri dan merealisasikan potensi yang dimilikinya adalah merupakan pusat dari sudut pandang klinis mengenai pertumbuhan pribadi. Sebagai contoh, keterbukaan untuk mau mengalami sesuatu (openness to experience), merupakan satu karakteristik kunci bagi seseorang yang bisa berfungsi secara penuh. Teori masa hidup (life span) juga menekankan adanya keterlanjutan dalam mengembangkan dan menghadapi tantangan dan tugas baru diberbagai periode kehidupan.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa aspek aspek kesejahteraan psikologis terdapat enam aspek yaitu: penerimaan diri (selfacceptance), hubungan positif dengan orang lain (positive relationship with others), otonomi (autonomy), penguasaan berbagailingkungan (environmental mastery), tujuan hidup (purpose in life), dan pertumbuhan pribadi (personal growth).

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang dilakukan dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian fenomenologi yaitu jenis penelitian kualitatif yang melihat dan mendengar lebih dekat dan terperinci penjelasan dan pemahaman individual tentang pengalaman-pengalamannya. Penelitian fenomenologi memiliki tujuan yaitu guna menginterpretasikan serta menjelaskan pengalaman-pengalaman yang dialami seseorang dalam kehidupan ini, termasuk pengalaman saat interaksi dengan orang lain dan lingkungan sekitar. Dalam konteks penelitian kualitatif, kehadiran suatu fenomena dapat dimaknai sebagai sesuatu yang ada dan muncul dalam kesadaran peneliti dengan menggunakan cara serta

penjelasan tertentu bagaimana proses sesuatu menjadi terlihat jelas dan nyata. Pada penelitian fenomenologi lebih mengutamakan pada mencari, mempelajari dan menyampaikan arti fenomena, peristiwa yang terjadi dan hubungannya dengan orang-orang biasa dalam situasi tertentu. Penelitian kualitatif termasuk dalam penelitian kualitatif murni karena dalam pelaksanaannya didasari pada usaha memahami serta menggambarkan ciri-ciri intrinsik dari fenomena-fenomena yang terjadi pada diri sendiri (Eko Sugianto, 2015:13).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari wawancara yang didapat kesejahteraan psikologis pada remaja yang menjadi pengajar TPQ kades IV Desa Sindon cukup baik hal ini ditunjukkan berdasarkan aspek- aspek kesejahteraan psikologis yang ditanyakan jawaban dari subjek menunjukkan hasil yang cukup baik.

Berdasarkan aspek penerimaan diri didapatkan hasil bahwa kesejahteraan psikologis pengajar berada pada kategori baik hal ini ditunjukkan saat pengajar yang masih duduk di bangku SMA dan mampu menerima dan mengajari santri tanpa meminta imbalan. Seseorang dikatakan memiliki penerimaan diri yang baik apabila individu tersebut memiliki sikap yang positif terhadap dirinya, mengakui dan menerima aspek-aspek diri termasuk hal-hal yang baik dan buruk dalam dirinya dan tetap positif terhadap kejadian masa lalunya (Ryff, 1989).

Berdasarkan aspek hubungan yang positif dengan orang lain didapatkan hasil bahwa kesejahteraan psikologis pengajar berada pada kategori sangat tinggi yang berarti bahwa pengajar TPQ Kades IV Desa Sindon dapat membentuk hubungan positif dengan orang lain ditandai dengan sikap yang hangat, meyakinkan dan percaya terhadap orang lain, memiliki sikap empati, afeksi dan keintiman dengan orang lain, memahami arti memberi dan menerimadalam berhubungan dengan orang lain. Hal ini sesuai di mana para pengajar mudah bersosial dengan pewawancara yang disambut dengan hangat ,dan tidak ada batasan ketika pengajar bercerita tentang cara mereka berinteraksi dengan santri, tidak hanya dengan santri dengan remaja yang tidak mengajar TPQ hubungan mereka juga cukup erat dengan wadah karang taruna.

Berdasarkan aspek kemandirian atau autonomy didapatkan hasil bahwa pengajar tpq kades IV mempunyai sikap otonomi yang tinggi yang ditandai dengan mampu mengevaluasi diri terhadap hal hal yang berkaitan dengan pengajaran tpq. Misalnya diadakan rapat bulanan pada tpq masing masing kades bersama dengan remaja masjid. Selain itu pengajar tpa di di kades IV ini juga memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi sehingga mampu dalam

menjalani kehidupan sehari-hari dan mempunyai rasa yang bahagia, hal itu bisa dilihat ketika wawancara.

Selanjutnya berdasarkan aspek penguasaan lingkungan bisa didapatkan hasil dari wawancara yaitu para pengajar TPQ di Kadus IV memiliki kesadaran dan kemampuan dalam pengelolaan lingkungan sekitar, misal dengan penggunaan hiasan menggunakan barang bekas. Hal itu bisa memanfaatkan lingkungan sekitar dengan efektif.

Hasil temuan juga didapatkan dari aspek tujuan hidup. Para pengajar TPA di Kadus IV tergolong cukup tinggi, bisa disebut seperti itu karena para pengajar TPQ ini memiliki relasi yang baik, banyak kegiatan positif di dalamnya, seperti pengajian rutin, sholat, dll. Hal itu membuat banyak ilmu yang didapat sehingga membuat hidup para pengajar TPQ ini menjadi lebih terarah.

Berdasarkan aspek pertumbuhan pribadi didapatkan hasil yaitu kesejahteraan pada kategori yang cukup tinggi, karena tumbuh kembang para pengajar ini masih tergolong stabil, sesuai dengan usia mereka yaitu 15-18 tahun. Banyak hal-hal baru yang sudah dicoba untuk meningkatkan diri dan menambah pengalaman. Contohnya adanya kegiatan atau acara yang diadakan setiap tahun sekali untuk mengupgrade pengajar TPA di Kadus IV ini.

SIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis remaja sebagian pengajar TPQ Kadus IV ini cukup tinggi. Dilihat dari aspek-aspeknya yaitu dari aspek penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Kesejahteraan psikologis pada pengajar TPA Kadus IV ini memiliki kategori yang tinggi.

SARAN

Diharapkan kepada seluruh masyarakat terkhusus Kadus IV untuk memberi dukungan kepada para pengajar TPQ ini, serta membantu mensukseskan kegiatan TPQ di Kadus IV ini. Seperti meningkatkan kepada anak-anaknya untuk TPQ, membantu acara yang diadakan oleh TPQ dll.

DAFTAR PUSTAKA

Abu Tauhid, Beberapa Aspek Pendidikan Islam, (Yogyakarta : Sekretaris Jurusan Tarbiyah IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 1994), hal.34.

Eko Sugianto (2015), Menyusun Proposal Penelitian Kualitatif Skripsi Tesis, Suaka Media.

Ryff, C.D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal American Psychological Association*, 57 (6), 1069-1081.