

## Kebahagiaan Santri Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsyuddhuha Ditinjau Dari Jenis Kelamin

*Happiness of Integrated Dayah Santri Al-Madinatuddiniyah Syamsyuddhuha Judging from Gender*

Nuzulul Maghfirah<sup>1</sup>, Rini Julistia<sup>2\*</sup>, Ika Amalia<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh  
Jl. Cot Tengku Nie, Reuleut, Muara Batu, Aceh Utara 24355 – Indonesia

\*Correspondence author: [rini.julistia@unimal.ac.id](mailto:rini.julistia@unimal.ac.id)

**Abstract:** *This research aims to see differences in happiness among Al-Madinatuddiniyah Syamsyuddhuha integrated Dayah students in terms of gender. This research uses a quantitative approach with a comparative research type. The number of samples in this research was two hundred and ninety students with a sampling method using a probability sampling method with a simple random sampling technique. The results of the research show that  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted with a significance value ( $0.000 < 0.05$ ), meaning that there is a difference in happiness among the integrated Dayah Al-Madinatuddiniyah Syamsyuddhuha students in terms of gender. This is because female students are more able to build good relationships with friends and people around them, have goals in life, carry out every activity and program that has been determined by the Dayah wholeheartedly and focus on the activities, even though there may be some goals that cannot be achieved. they achieved, but they were able to get up and pursue the targets that had been set. Meanwhile, male students feel unhappy living in the Dayah because they have not been able to establish positive relationships with friends and people around them, feel pressured by a series of rules in the Dayah, and are bored with the busy schedule and activities in the Dayah so there is no involvement, fully in carrying out every activity and regulations set by the Dayah.*

**Keywords:** *Integrated Dayah, Happiness, Santri*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk melihat perbedaan kebahagiaan pada santri dayah terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsyuddhuha ditinjau dari jenis kelamin. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian komparatif. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah dua ratus sembilan puluh santri dengan metode pengambilan sampel menggunakan metode probability sampling dengan teknik simple random sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dengan nilai signifikansi ( $0,000 < 0,05$ ) artinya terdapat perbedaan kebahagiaan pada santri dayah terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsyuddhuha ditinjau dari jenis kelamin. Hal ini dikarenakan santri perempuan lebih mampu membangun relasi yang baik dengan teman dan orang disekelilingnya, memiliki tujuan hidup, menjalani setiap kegiatan dan program-program yang telah ditetapkan oleh pihak dayah dengan sepenuh hati dan fokus terhadap kegiatan, meskipun mungkin ada beberapa tujuan yang tidak mampu mereka capai, namun mereka mampu untuk bangkit dan mengejar kembali target-target yang telah ditetapkan. Sedangkan santri laki-laki merasa tidak bahagia tinggal di dayah dikarenakan mereka belum mampu menjalin hubungan positif dengan teman dan orang-orang yang ada disekelilingnya, merasa tertekan dengan adanya serangkaian peraturan di dayah, dan bosan dengan padatnya jadwal dan kegiatan di dayah sehingga tidak adanya keterlibatan penuh dalam melakukan setiap kegiatan dan peraturan yang telah ditetapkan oleh pihak dayah.

**Kata Kunci:** Dayah Terpadu, Kebahagiaan, Santri

## Pendahuluan

Menurut Linnataqiyyah (2018) belajar ilmu agama dan bersekolah dalam satu waktu yang sama terkadang akan menimbulkan banyak keluhan dan kelelahan dalam mengatur waktu, serta konflik dengan teman sebaya. Menurut Pritaningrum, dkk (2013) kewajiban untuk tinggal di dayah menuntut santri agar mampu menyesuaikan diri terhadap seluruh aktivitas, budaya, dan kebiasaan yang ada di lingkungan dayah, demi terwujudnya lingkungan yang harmonis dan kondusif. Namun, sebagian santri ada yang mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan dan peraturan dayah, dimana mereka dituntut untuk melaksanakan segala peraturan dan tuntutan yang sudah ditetapkan di dayah sehingga dengan adanya tuntutan tersebut, mereka akan merasa tertekan, jenuh dan bosan dengan padatnya jadwal dan kegiatan di dayah sehingga hal tersebut dapat mempengaruhi tingkat kebahagiaan pada santri (Fadhillah & Erdo, 2016).

Menurut Cleveland dan Sink (dalam Subhiyah & Nashori, 2021) kebahagiaan merupakan salah satu aspek yang penting pada kesehatan mental pelajar, termasuk para santri, disebut penting karena pelajar yang merasa bahagia menunjukkan performa yang lebih baik di sekolah, jarang menunjukkan masalah pada kesehatan mental dan perilaku, serta memiliki hubungan sosial yang lebih kuat. Santri yang bahagia akan cenderung bersemangat dan

antusias dalam mengikuti kegiatan yang dilaksanakan oleh pihak dayah, dimana santri yang bahagia akan cenderung menawarkan diri untuk mengikuti kegiatan tersebut. Perasaan antusias dan semangat yang diperoleh santri berasal dari teman-teman dan lingkungan yang selalu memberikan support kepada mereka, sehingga santri tersebut merasakan kebahagiaan ketika berada di dayah (Dewi, 2020).

Seligman (2005) mengemukakan bahwa kebahagiaan merupakan emosi positif yang dirasakan individu yang berasal dari aktivitas-aktivitas positif yang disukainya. Terdapat lima aspek kebahagiaan yang dikemukakan oleh Seligman (2005) yaitu: (1) menjalin hubungan positif, (2) keterlibatan penuh, (3) menemukan makna hidup, (4) optimisme, dan (5) resiliensi.

Seligman (2005) berpendapat bahwa kebahagiaan berasal dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri dari: (1) kepuasan akan masa lalu, (2) Optimisme terhadap masa depan, (3) kebahagiaan pada masa sekarang. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari: (1) uang, (2) perkawinan, (3) kehidupan sosial, (4) emosi negatif, (5) usia, (6) kesehatan, (7) pendidikan, iklim, ras, jenis kelamin, (8) dan religiusitas.

Jenis kelamin memiliki hubungan yang mengherankan dengan kebahagiaan. Namun perempuan mengalami lebih banyak emosi positif dengan intensitas yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, dimana perempuan

cenderung lebih bahagia dan lebih sedih dari pada laki-laki (Seligman, 2005). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Amaliya (2015) bahwa wanita lebih banyak mengalami emosi positif dibandingkan pria karena terdapat perbedaan antara pria dan wanita dalam memandang kebahagiaan, berdasarkan peran sosial yang dialaminya, yang bisa berdampak langsung kepada pengalaman dan sikap-sikap yang dimiliki oleh seorang perempuan.

Sebuah survei yang dilakukan di 5 negara Asia oleh IPSOS Asia di China daratan, Hongkong, Malaysia, Korea Selatan dan Singapura melaporkan bahwa secara keseluruhan kebahagiaan perempuan di Asia lebih bahagia di bandingkan laki-laki, dengan alasan bahwa kebahagiaan terbesar dikarenakan alasan kesehatan. Sedangkan hal yang membuat perempuan paling bahagia adalah keuangan (Ipsos, dalam Amaliya, 2015). Menurut Harmaini (dalam Fitri, 2021) seseorang dikatakan memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi jika mereka merasa puas dengan kondisi hidup mereka, sering merasakan emosi positif dan jarang merasakan emosi negatif. Selain itu kebahagiaan orang yang satu dengan lainnya relatif berbeda, karena sudut pandang seseorang menilai kebahagiaan tersebut dengan cara yang berbeda-beda.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat perbedaan kebahagiaan pada santri dayah terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsyuddhuha

ditinjau dari jenis kelamin. Hal ini sejalan dengan penelitian Rahayu (2016) menyatakan bahwa terdapat perbedaan kebahagiaan remaja laki-laki dengan remaja perempuan, dimana remaja perempuan lebih bahagia dari pada remaja laki-laki. Hasil penelitian serupa juga didapatkan pada penelitian yang dilakukan oleh Joko & Pramono (2015) dengan judul “ Perbedaan Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan Umar Bin Khottob Bantul Yogyakarta Ditinjau Dari Jenis Kelamin”. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan kebahagiaan remaja putri Panti Asuhan Umar Bin Khottob Bantul Yogyakarta ditinjau dari jenis kelamin, bahwa remaja perempuan lebih bahagia dari pada remaja laki-laki.

## Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan komperatif yang bertujuan untuk membandingkan perbedaan kebahagiaan pada santri dayah terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsyuddhuha ditinjau dari jenis kelamin. Dalam penelitian ini hanya menggunakan satu variabel yaitu kebahagiaan yang ditinjau dari jenis kelamin. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling* yaitu *simple random sampling* dengan sampel penelitian berjumlah 290 santri yang terdiri dari 145 santri laki-laki dan 145 santri perempuan.

Instrumen dalam penelitian ini adalah skala kebahagiaan yang di dimodifikasi dari Rifqah

(2023) berdasarkan 5 aspek kebahagiaan yang dikembangkan oleh Seligman (2005) yaitu menjalin hubungan yang positif, keterlibatan penuh, menemukan makna hidup, optimisme dan resiliensi. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan jenis data primer yaitu kuesioner (angket). Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah model skala likert dengan empat alternatif pilihan jawaban, yaitu: SS (Sangat Setuju), S (Setuju), STS (Sangat Tidak Setuju), dan TS (Tidak Setuju).

Uji coba skala dilakukan pada 45 santri laki-laki dan 45 santri perempuan dayah Al-madinatuddiniyah Jabal Nur. Terdapat 43 aitem skala kebahagiaan, dimana untuk uji coba ini dilakukan 4 kali putaran, Setelah melakukan uji coba skala kebahagiaan dari 43 aitem terdapat 27 aitem yang valid dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,859.

Penelitian ini dilakukan pada tanggal tanggal 05 September 2023 sampai dengan tanggal 25 September 2023 di Dayah Terpadu Al-

Madinatuddiniyah Syamsyuddhuha yang berada di desa Cot Murong, Aceh Utara. Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu mempersiapkan alat ukur dan menjumpai pimpinan dayah untuk mengemukakan maksud dan tujuan peneliti. Proses pembagian skala penelitian dilakukan oleh peneliti dan dibantu oleh ustadz/ustadzah dan asisten peneliti dengan mengumpulkan santri di mushalla dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsyuddhuha.

Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji homogenitas dengan menggunakan bantuan SPSS versi 25. Setelah uji asumsi normalitas dan homogenitas terpenuhi, kemudian dilakukan uji hipotesis. Deskripsi data penelitian berdasarkan hasil uji data hipotetik dan data empirik.

## Hasil

Setelah melakukan penyebaran skala, selanjutnya peneliti melakukan uji asumsi yaitu uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS versi 25 dengan teknik *Kolmogorov-Smirnov*, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1.  
Hasil Uji normalitas

Jenis Kelamin	Test of Normality		
	Statistic	Df	Sig.
Laki-laki	.060	145	.200
Perempuan	.073	145	.056

Berdasarkan uji normalitas yang dilakukan pada sampel yang berjumlah 290 santri, diketahui bahwa data variabel kebahagiaan yang mengukur kebahagiaan antara santri laki-laki memiliki signifikansi 0.200, dan santri perempuan memiliki signifikansi 0.056, artinya lebih dari  $>0.05$ . Sehingga dapat ditarik kesimpulan, bahwa data penelitian ini berdistribusi secara normal.

Selanjutnya, uji homogenitas dilakukan dengan uji *Leven's Test*. Hasil uji homogenitas akan ditampilkan dalam tabel berikut:

Tabel 2.  
Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variance	
Nilai Signifikansi	.059

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,059 yang artinya lebih besar dari  $>0.05$ , sehingga dapat dikatakan bahwa data bersifat homogen. Hal ini berarti bahwa sampel memiliki varians atau keseragaman yang sama. Dikarenakan uji asumsi normalitas dan homogenitas telah terpenuhi maka data penelitian akan di analisa secara parametrik.

Setelah uji normalitas dan uji homogenitas dilaksanakan, selanjutnya peneliti melakukan uji hipotesis menggunakan uji Independent Sampel T-Test yang dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan antara dua kelompok sampel yang bebas. Adapun hasil uji hipotesis adalah sebagai berikut:

Tabel 3.  
Hasil Uji Hipotesis

Independent Samples T-Test	
Sig. (2-tailed)	.000

Berdasarkan analisis uji-t diatas, terlihat bahwa hasil menunjukkan nilai sig. (2-tailed) adalah 0.000 ( $0.000 < 0.05$ ). Hal tersebut dapat diartikan bahwa hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat perbedaan kebahagiaan pada santri laki-laki dan santri perempuan.

### Diskusi

Berdasarkan hasil penelitian ini didapati bahwa secara umum santri Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsyuddhuha memiliki tingkat kebahagiaan pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa santri Dayah Terpadu Al-

Madinatuddiniyah Syamsyuddhuha mampu berpikir positif dalam menjalani kehidupan sehari-harinya dengan semangat dan menghadirkan emosi-emosi positif dalam menjalani aktivitas-aktivitas di dayah seperti senang, gembira, bahagia, damai dan tentram.

Hal ini sejalan dengan penelitian Dewi (2020) yang menyatakan bahwa santri yang bahagia akan cenderung bersemangat dan antusias dalam mengikuti kegiatan yang dilaksanakan oleh pihak dayah, dimana santri yang bahagia akan cenderung menawarkan diri untuk mengikuti kegiatan tersebut, perasaan antusias dan semangat yang diperoleh santri berasal dari teman-teman dan lingkungan yang selalu memberikan support kepada mereka, sehingga santri tersebut merasakan kebahagiaan ketika berada di dayah.

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan bahwa terdapat perbedaan kebahagiaan pada santri dayah terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsyuddhuha ditinjau dari jenis kelamin. Santri perempuan memiliki kebahagiaan yang cenderung lebih tinggi dibandingkan santri laki-laki. Dimana santri perempuan lebih mampu dalam membangun relasi yang baik dengan teman dan orang sekelilingnya, memiliki dan mengetahui apa tujuan mereka tinggal di dayah, mampu menjalani setiap kegiatan dan program-program yang telah ditetapkan oleh pihak dayah dengan sepenuh hati dan fokus terhadap kegiatan meskipun mungkin terdapat beberapa permasalahan namun mereka mampu untuk bangkit dari permasalahan tersebut.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmi (2015) bahwasanya remaja perempuan dan remaja laki-laki korban perceraian di Banda Aceh memiliki tingkat kebahagiaan yang

berbeda, dimana perempuan lebih bahagia dibandingkan remaja laki-laki. Hal ini dikarenakan perempuan memiliki tingkat emosi negatif yang lebih rendah dibandingkan remaja laki-laki, sebab perempuan lebih sering menunjukkan emosinya dibandingkan laki-laki yang lebih sering menyembunyikan emosinya. Hal ini sesuai dengan pernyataan Seligman (2005) bahwa perempuan mengalami lebih banyak emosi positif dengan intensitas yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, dimana perempuan cenderung lebih bahagia dan lebih sedih dari pada laki-laki.

Selanjutnya terdapat pula perbedaan antara santri laki-laki dan santri perempuan ditinjau berdasarkan usia. Berdasarkan usia didapatkan hasil bahwa santri laki-laki yang memiliki kebahagiaan yang cenderung tinggi adalah santri laki-laki yang berada pada fase remaja awal. Sedangkan hasil kategorisasi kelompok usia pada santri perempuan, didapati hasil bahwa yang memiliki kebahagiaan tertinggi adalah santri yang berada pada fase remaja akhir. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2020) bahwa seiring bertambahnya usia dan pengalaman hidup, secara tidak langsung akan memberikan dampak pengaruh bagi setiap individu dalam mengevaluasi diri atas pengalaman hidup yang didapatkannya, dimana pengalaman ini secara disadari atau tidak akan mengakibatkan perbedaan penalaran tentang kebahagiaan pada setiap individu.

Berdasarkan hasil kategorisasi tingkat pendidikan, didapati bahwa santri laki-laki yang memiliki kebahagiaan yang lebih tinggi adalah santri Madrasah Aliyah (MA). Hal ini menandakan bahwa jenjang pendidikan dapat menentukan bagaimana santri tersebut mencapai kebahagiaan dikarenakan dengan pengetahuan dan pemahaman, seseorang akan lebih percaya diri, merasa bangga dan bahagia (Rahayu 2016). Hal ini sesuai dengan pernyataan Seligman (2005) bahwa pendidikan mempunyai pengaruh terhadap kebahagiaan, dimana pendidikan dapat meningkatkan kebahagiaan pada mereka yang berpenghasilan rendah karena pendidikan merupakan sarana untuk mencapai pendapatan yang lebih baik.

Sedangkan hasil kategorisasi tingkat pendidikan pada santri perempuan, didapati bahwa santri perempuan yang memiliki kebahagiaan tertinggi adalah santri yang sedang menempuh pendidikan Madrasah Tsanawiyah (MTs). Hal ini memiliki arti bahwa pendidikan tidak mempunyai pengaruh terhadap kebahagiaan santri perempuan, yang mana hal ini berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh Dahlia, dkk (2022) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi pula kebahagiaan yang dirasakan. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah tingkat pendidikan seseorang maka semakin rendah pula kebahagiaan yang dirasakan.

Berdasarkan kategorisasi status kesehatan didapati hasil bahwa baik santri laki-laki maupun santri perempuan, santri yang menilai dirinya sehat memiliki kebahagiaan yang lebih tinggi dibandingkan santri yang menilai dirinya sakit ringan. Menurut Seligman (2005) kesehatan adalah bagaimana cara pandang kita terhadap diri kita sendiri, karena yang menilai diri sehat adalah diri kita sendiri, dimana persepsi subjektif seseorang terhadap seberapa sehat dirinya menjadi faktor penentu kebahagiaan. Rahayu (2016) menyatakan bahwa orang yang semakin sehat hidupnya akan semakin bahagia, hal ini dikarenakan ketika kesehatan baik, seseorang dapat melakukan kegiatan apapun yang ingin dilakukan, akan tetapi ketika kesehatan memburuk hal tersebut tidak bisa dilakukan sehingga hal tersebut akan berpengaruh pada kebahagiaan dan kepuasan hidup seseorang.

Berdasarkan kategorisasi uang saku perminggu didapati hasil bahwa santri laki-laki yang memiliki kebahagiaan tertinggi adalah santri yang mendapatkan uang saku perminggu >Rp.50.000. Hal ini memiliki arti bahwa jumlah uang saku yang didapatkan tidak mempengaruhi kebahagiaan bagi santri laki-laki. Seligman (2005) menyatakan bahwa uang dapat mempengaruhi tingkat kebahagiaan seseorang tergantung dari penilaian mereka terhadap uang. Kemudian pada santri perempuan didapati hasil bahwa santri perempuan yang mendapatkan uang saku perminggu >Rp.100.000 memiliki kebahagiaan yang lebih tinggi dibandingkan

santri yang mendapatkan uang saku perminggu >Rp.50.000. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Falah dan Iriani (2018) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara sikap seseorang terhadap uang dengan kebahagiaan, dimana uang menjadi faktor utama yang dapat mempengaruhi kebahagiaan seseorang karena dengan uang seseorang dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhannya terutama kebutuhan dasar individu.

Berdasarkan hasil pengkategorian aspek kebahagiaan pada santri laki-laki dan santri perempuan didapati bahwa, aspek kebahagiaan yang memiliki nilai kategori tertinggi pada santri laki-laki dan santri perempuan sama-sama terletak pada aspek menemukan makna hidup. Hal ini menunjukkan bahwa santri tersebut memiliki dan mengetahui apa tujuan mereka untuk tinggal di dayah, menemukan arti dari segala hal yang dilakukan, dan merasa bahwa kehidupan di dayah lebih bermakna dibandingkan kehidupan diluar. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Fangidae dan Antika (2023) bahwa pada aspek menemukan makna hidup, siswa SMA memiliki kebahagiaan pada kategori tinggi, hal ini dikarenakan siswa dapat mengetahui dan menemukan arti dari segala hal yang dilakukannya, merasa bersyukur dengan fasilitas yang disediakan oleh orang tuanya, dan siswa secara mandiri sudah dapat mengambil

keputusan tanpa terpengaruh pendapat orang lain.

Disisi lain, dari kelima aspek kebahagiaan yang dikemukakan oleh Seligman (2005), aspek yang memiliki nilai kategorisasi terendah pada santri laki-laki dan santri perempuan adalah aspek menjalin hubungan positif. Hal ini menandakan bahwa masih banyak santri yang belum mampu menjalin relasi pertemanan dan hubungan yang baik dengan teman dan orang disekelilingnya, tidak memiliki minat untuk menolong orang lain, tidak memiliki teman berbagi cerita, tidak suka bergaul dan merasa tidak dipedulikan, dicintai dan dihargai di lingkungan dayah.

Menurut Setyowati (2017) hubungan positif menjadi salah satu penentu yang mempengaruhi kebahagiaan pada seseorang dari berbagai usia. Tingkat kebahagiaan yang tinggi biasanya dimiliki oleh remaja yang banyak menghabiskan waktu untuk bersosialisasi, hal ini dikarenakan bertemu dengan teman berkontribusi terhadap kebahagiaan (Carr 2004). Febrieta (2017) menegaskan bahwa jika kualitas dalam hubungan sosial buruk maka persahabatan tidak akan berjalan dengan baik, oleh karena itu sebuah persahabatan juga harus dibarengi dengan membangun hubungan positif dengan sesama teman.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh kesimpulan bahwa terdapat

perbedaan kebahagiaan pada santri laki-laki dan santri perempuan dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsyuddhuha, dimana santri perempuan memiliki kebahagiaan yang cenderung lebih tinggi dibandingkan santri laki-laki. Hal ini dikarenakan santri perempuan lebih mampu membangun relasi yang baik dengan teman dan orang disekelilingnya, memiliki tujuan untuk berada di dayah, menjalani setiap kegiatan dan program-program yang telah ditetapkan oleh pihak dayah dengan sepenuh hati dan fokus terhadap kegiatan, meskipun mungkin ada beberapa tujuan yang tidak mampu mereka capai, namun mereka mampu untuk bangkit dan mengejar kembali target-target yang telah ditetapkan sebagaimana yang dicirikan dari aspek-aspek kebahagiaan yang meliputi menjalin hubungan positif, keterlibatan penuh, menemukan makna hidup, optimisme dan resiliensi. Sedangkan santri laki-laki merasa tidak bahagia tinggal di dayah dikarenakan mereka belum mampu menjalin hubungan positif dengan teman dan orang-orang yang ada disekelilingnya, merasa tertekan dengan adanya serangkaian peraturan di dayah, dan bosan dengan padatnya jadwal dan kegiatan di dayah sehingga tidak adanya keterlibatan penuh dalam melakukan setiap kegiatan dan peraturan yang telah ditetapkan oleh pihak dayah.

#### *Saran*

Bagi santri laki-laki : diharapkan agar lebih belajar lagi dalam meningkatkan kemampuan menjalin relasi pertemanan dan hubungan yang

baik dengan teman dan orang-orang yang ada disekitar dayah dengan cara tetap menjalin pertemanan meskipun bukan berasal dari suku dan daerah yang sama dan saling tolong menolong sehingga dapat memunculkan rasa aman, nyaman, dan tentram supaya tetap mampu menjalani kehidupan sehari-hari di dayah dengan bahagia.

Bagi santri perempuan : diharapkan agar dapat mempertahankan dan meningkatkan kebahagiaan serta menjaga agar terjalinnya relasi positif dengan orang-orang yang ada disekitar dayah, dan saling terbuka antara satu sama lain sehingga tercipta suasana yang harmonis.

Pihak Dayah/Ustadz/Ustadzah : diharapkan agar lebih memperhatikan kebahagiaan santri dengan melakukan evaluasi terkait kebahagiaan, memberikan dukungan pada santri yang memiliki tingkat kebahagiaan rendah dengan cara memberikan psikoedukasi terkait kebahagiaan agar santri mendapat pencerahan lebih untuk meningkatkan kebahagiaan dan dapat menikmati kesehariannya di dayah dengan lebih bahagia. Kemudian bagi ustadz/ustadzah diharapkan dapat memberi dukungan kepada santri dengan membantu, membimbing, mengarahkan dan mendidik santri dalam menjalani segala ketentuan yang telah ditetapkan di dayah supaya santri lebih bahagia selama di dayah.

Orang tua : diharapkan agar orang tua dapat memberikan dukungan penuh kepada anak-anak

dengan cara memotivasi mereka dan memberikan pengertian serta pemahaman kepada anak mengenai ruang lingkup dayah sehingga anak lebih terpacu untuk tetap menetap dan bertahan di dayah, lebih semangat dalam menuntut ilmu dan menjalani aktivitas di dayah.

Peneliti selanjutnya : bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian dengan topik serupa, penelitian ini hanya menekankan pada faktor jenis kelamin. Oleh karena itu, diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat melakukan penelitian yang ditinjau dari faktor lain yang tidak terukur dalam penelitian ini seperti faktor perkawinan dan sebagainya. Kemudian diharapkan pula supaya dapat mengaitkan dan menambah variabel-variabel lain yang berkaitan dengan kebahagiaan seperti optimisme, bersyukur, kesehatan, dan kehidupann sosial, serta memperluas subjek penelitian yang mendukung agar dapat menghasilkan penelitian yang lebih variatif.

## Referensi

- Amaliya, R. (2015). Kebahagiaan dan gender : Tinjauan kritis tentang makna kebahagiaan ditinjau dari perspektif gender. *Jurnal Psikologi Islam (JPI)*, (12), 2 : 17-22. <https://doi.org/10.18860/psi.v12i2.6400>
- Budiarto, D. A., Setiowati, E. A. (2021). Motivasi berprestasi ditinjau dari dukungan sosial dan resiliensi pada remaja dengan orang tua tunggal. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, (40), 2 : 82-92. <https://doi.org/10.29103/jpt.v4i2.10204>
- Carr, A. (2004). *Positive Psychology: The Science Of Happiness And Human Strengths*. New York: Brunner-Routledge.
- Dahlia., Safarina, N. A., & Safuwani. (2022). Kebahagiaan pada masyarakat gayo ditinjau dari tingkat pendidikan. *Jurnal Psikologi Unsyiah*, (5), 1 : 98-112.
- Dewi, A. Y. (2020). Gambaran Kebahagiaan Pada Santri di Pondok pesantren. *Skripsi*
- Fadhillah., & Erdo, P. A. (2016). Hubungan antara psychological well-being dan happiness pada remaja di pondok pesantren. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, (9),1. <https://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/psiko/article/view/1545>
- Fangidae, S. I., & Antika, E. R. (2023). Pengaruh kualitas persahabatan terhadap kebahagiaan siswa SMA. *Indonesian Journal Of Guidance And Counseling: Theory And Application*, 12 (1) : 79-94. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v12i1.69819>
- Febrieta, D. (2017). Efek kesepiaan terhadap hubungan antara persahabatan dan kebahagiaan. *Jurnal Psiko Bhara Kajian Ilmiah Dan Penelitian Psikologi*, 1 (1) : 57-76. <https://www.researchgate.net/profile/Ditta>
- Fitri, S. (2021). Perbedaan Happiness Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Paguyuban Persatuan Mahasiswa Bener Meriah Di Takengon (Permata) Di Banda Aceh. *Skripsi*. Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v5i1.25573>
- Joko, B., & Pramono, S. (2015). Perbedaan Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan Umar Bin Khottob Bantul Yogyakarta Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga. <http://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/16993>
- Khairiah, R., Hafnidar, H., Amin, S. (2023). Kebahagiaan santri ditinjau dari tingkat religiusitas. *Jurnal Penelitian Psikologi*, (1), 1 : 10. <http://dx.doi.org/>
- Linnataqiyah. (2018). Pengaruh Penyesuaian Diri dan Pengelolaan Waktu Terhadap Kesejahteraan Psikologis Santri Bait Tahfidz Al-Qur'an (BTQ) Pusat Ma'had Al Jami'ah UIN Malang. *Skripsi*. Universitas Negeri Islam Maulana Malik. <http://etheses.uin-malang.ac.id/12431>
- Nadhifah, N. U., & Wahyuni, Z. I. (2020). Pengaruh orientasi religius, hardiness, dan quality of friendship terhadap kebahagiaan santri. *TAZKIYA (Journal of Psychology)*, (8), 1 : 10-22. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/51162>

- Nurhidayah, D. A. (2016). Pengaruh motivasi berprestasi dan gaya belajar terhadap prestasi belajar siswa padamatapelajaran Matematika SMP. *Jurnal Dimensi Pendidikan Dan Pembelajaran*, 3(2), 13 -24. <http://dx.doi.org/10.24269/dpp.v3i2.83>
- Pritaningrum., Meidiana., & Wiwin, H. (2013). Penyesuaian diri remaja yang tinggal di pondok pesantren modern nurul izzah gresik pada tahun pertama. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, (2), 3 :134-143. <https://journal.unair.ac.id/filerPDF/jpks417dbf33fb2full.pdf>
- Putri, T. N. (2020). Hubungan Religiusitas Dengan Kebahagiaan Remaja Di Yayasan Yatim Piatu As-Sidqiyah Malang. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik.
- Rahayu, T. P. (2016). Determinan kebahagiaan di Indonesia. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis*, (19), 1 : 149-170. <https://doi.org/10.24914/jeb.v19i1.485>
- Rahmi. F. (2015). Perbedaan Kebahagiaan Pada Remaja Korban Perceraian Di Banda Aceh Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Skripsi*. Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala Banda Aceh. [http://103.107.101.35/index.php?p=show\\_detail&id=13393](http://103.107.101.35/index.php?p=show_detail&id=13393)
- Rifqah, U. (2023). Gambaran Kebahagiaan Pada Santri Tahfizh Dayah Al-Muslimun Lhoksukon. *Skripsi*. Jurusan Psikologi Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh Aceh Utara.
- Seligman, E. P. (2005). *Authentic Happiness. Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*. (Terjemahan. Nukman). Bandung: Mizan Pustaka.
- Setyowati, A. (2017). Urgensi kebahagiaan (happiness) bagi calon konselor. *Prosiding Seminar Nasional*, 02 : 47-55. <http://seminar.uad.ac.id/index.php/snbkuad/article/view/59>
- Subhiyah, M., & Nashori, F. (2021). Peran penyesuaian diri sebagai mediator dari pengaruh religiusitas terhadap kebahagiaan santri pondok pesantren. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, (3), 1 : 1 12. <https://doi.org/10.32923/psc.v3i1.1622>