

Strengthening Selfhood of Islamic Boarding School Students through Value-Based Psychoeducation

Andika Ari Saputra¹, M. Zainal Arifin², Umar Alfaruq A. Hasyim³, Muslihah Muslihah⁴, IM Hambali⁵, Ahmad Yusuf Sobri⁶, Adepta Prasenja⁷, Muhammad Alfian Ma'arif⁸

^{1,2,3,7,8} Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Universitas Ma'arif Lampung

^{4,5,6} Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Malang

Email: andika.as@umala.ac.id

Abstrak

Remaja santri yang menempuh pendidikan di lingkungan pesantren menghadapi tantangan kompleks dalam membentuk jati diri (selfhood) di tengah pengaruh budaya digital dan tekanan sosial modern. Ketidaksesuaian antara nilai-nilai religius yang diajarkan di pesantren dengan realitas kehidupan luar menyebabkan sebagian santri mengalami krisis jati diri, regulasi emosi yang lemah, serta penurunan kesadaran spiritual. Tujuan: Pengabdian ini bertujuan untuk merancang dan mengimplementasikan program psikoedukasi berbasis nilai-nilai Islami yang bersumber dari Al-Qur'an dan praktik reflektif (seperti muhasabah dan tadabbur) guna memperkuat jati diri (selfhood) santri. Metode: Kegiatan dilakukan dengan metode *Service Learning* (SL) dan pendekatan partisipatif. Pelaksanaan mencakup identifikasi masalah, Focus Group Discussion (FGD), pelatihan, diskusi reflektif, praktik psikoedukasi Islami, serta evaluasi kuantitatif dan kualitatif melalui observasi, wawancara, catatan reflektif, dan instrumen penilaian selfhood. Hasil: Program menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam dimensi selfhood, regulasi emosi, kesadaran diri, serta kepercayaan diri santri. Santri mampu mengenali potensi dirinya, menginternalisasi nilai Qur'ani, serta menunjukkan perubahan sikap positif dalam tanggung jawab, kontrol diri, dan partisipasi sosial-keagamaan. Refleksi santri menegaskan pemahaman mendalam akan identitas diri berbasis nilai Islami. Saran: Perlu dukungan berkelanjutan dari pengasuh, guru, dan perguruan tinggi untuk memperkuat dampak program, serta penelitian lebih lanjut untuk mengukur efektivitas jangka panjang pada berbagai konteks pesantren.

Kata Kunci: Selfhood, Santri, Psikoedukasi Islami, Nilai Islami

Abstract

Young Islamic boarding school students (santri) face complex challenges in forming their selfhood amid digital culture and modern social pressures. The gap between religious values in pesantren and outside realities often leads to identity crises, weak emotional regulation, and reduced spiritual awareness. Objective: This program aimed to design and implement a psychoeducational model based on Qur'anic values and reflective practices (muhasabah and tadabbur) to strengthen students' selfhood. Method: Using the Service Learning (SL) method and a participatory approach, activities included problem identification, Focus Group Discussions, training, reflective discussions, psychoeducational practices, and mixed-method evaluation through observation, interviews, reflective notes, and selfhood assessments. Results: The program significantly improved students' selfhood, self-awareness, emotional regulation, and confidence. Santri became more capable of recognizing their potential, internalizing Qur'anic values, and showing positive changes in responsibility, self-control, and socio-religious engagement. Reflective notes highlighted a deeper understanding of identity grounded in Islamic values. Recommendation: Sustained collaboration between caregivers, teachers, and universities is essential to maximize the program's impact. Further research is recommended to evaluate its long-term effectiveness across diverse pesantren contexts.

Keywords: Selfhood, Islamic boarding school students, Islamic psychoeducation, Islamic values

PENDAHULUAN

Santri sebagai bagian dari remaja Indonesia menghadapi dinamika perkembangan jati diri (selfhood) yang kompleks dan unik (Fathansyah, 2019). Remaja pada umumnya memang berada pada fase pencarian identitas (Erikson, 1968; Pritaningrum & Hendriani, 2013), namun santri di

pesantren harus melalui proses ini dengan latar nilai religius yang dominan. Kondisi ini menghadirkan tantangan ganda: di satu sisi mereka dituntut untuk menyesuaikan diri dengan norma dan budaya pesantren, sementara di sisi lain mereka tidak bisa menghindari arus budaya populer, media sosial, serta tekanan sosial yang berasal dari dunia luar. Akibatnya, muncul disonansi kognitif yang dapat menimbulkan keraguan terhadap identitas pribadi, instabilitas emosi (Pamungkas & Tsuroyya, 2024), serta lemahnya penghayatan nilai-nilai Islami (Bakar, Zakaria, & Salleh, 2016). Fenomena ini, jika tidak ditangani, berpotensi mengarah pada krisis jati diri (*selfhood*) berupa perasaan tidak berdaya, menurunnya motivasi belajar, lemahnya kontrol perilaku, serta hilangnya arah tujuan spiritual maupun sosial (Zahavi, 2008; Schachter & Galliher, 2018).

Pada konteks perkembangan psikososial remaja, ketahanan mental dan kemampuan pengendalian diri santri merupakan faktor fundamental yang menentukan kualitas pembentukan jati diri (*selfhood*), Yeo et al., (2023). Santri yang tidak memiliki regulasi emosi yang baik seringkali mudah terjebak pada perilaku kompulsif, impulsif, atau reaktif, yang pada akhirnya dapat menjauhkan mereka dari nilai Qur'ani yang seharusnya menjadi pedoman hidup. Regulasi emosi yang kuat perlu berjalan seiring dengan internalisasi nilai-nilai religius yang kokoh, karena keduanya saling melengkapi: regulasi emosi memberi kontrol pada dimensi psikologis, sedangkan nilai religius memberikan arah moral dan spiritual. Ketidakseimbangan keduanya berpotensi menimbulkan kegamangan identitas, kebingungan moral, hingga krisis spiritual (Ilmah, M. C., & El-Yunusi, M. Y. M., 2025). Oleh karena itu, dibutuhkan intervensi edukatif yang secara integratif mampu memperkuat aspek psikologis dan spiritual santri. Salah satu pendekatan yang menjanjikan adalah psikoedukasi Islami, karena tidak hanya menyentuh ranah kognitif melalui pemahaman teoritis, tetapi juga menjangkau ranah afektif dan spiritual yang lebih dalam, yang sesuai dengan kebutuhan perkembangan santri.

Keunggulan psikoedukasi berbasis nilai Islami terletak pada kemampuannya untuk memadukan spiritualitas Islam dengan prinsip-prinsip psikologi modern dalam satu kerangka yang utuh (Sa'diyah, K., 2024). Pendekatan ini berbeda dari psikoedukasi konvensional yang cenderung netral terhadap aspek spiritualitas, karena psikoedukasi Islami justru menekankan pembentukan *selfhood* yang berakar kuat pada nilai Qur'ani. Nilai-nilai seperti ikhlas, sabar, syukur, tanggung jawab, dan *muraqabah* (kesadaran diri akan pengawasan Allah) bukan hanya diajarkan secara teoritis, tetapi juga dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari santri. Penginternalisasian nilai-nilai ini menjadikan psikoedukasi Islami lebih relevan dan kontekstual dibandingkan model psikoedukasi umum (Keshavarzi, H., & Haque, A., 2013). Praktik reflektif seperti *muhasabah* dan *tadabbur* berfungsi sebagai media untuk memperdalam kesadaran diri, memperkuat hubungan vertikal dengan Allah SWT, serta membentuk orientasi hidup yang kokoh dan jelas. Dengan landasan ini, psikoedukasi Islami menjadi jawaban atas kebutuhan santri yang harus berhadapan dengan derasnya arus budaya digital dan tekanan sosial di era modern.

Lebih jauh, psikoedukasi Islami memiliki fungsi ganda, yaitu preventif dan kuratif. Fungsi preventifnya terlihat pada kemampuannya untuk mencegah munculnya krisis identitas sejak dini melalui internalisasi nilai Qur'ani dalam setiap aktivitas santri, baik akademik, sosial, maupun spiritual (Nursikin, M., & Nugroho, M. A., 2021). Nilai yang tertanam sejak awal membuat santri lebih siap menghadapi benturan budaya global dan tekanan sosial modern. Sementara itu, fungsi kuratifnya tercermin pada upaya memulihkan santri yang telah mengalami krisis jati diri dengan pendekatan reflektif. Melalui latihan regulasi emosi Islami, pembimbingan spiritual, serta kegiatan refleksi nilai, santri yang mengalami kegamangan identitas dapat diarahkan kembali pada jalan yang lebih sehat secara psikologis dan lebih benar secara spiritual. Dengan kombinasi metode kognitif, afektif, dan spiritual, psikoedukasi Islami menjadi instrumen penting dalam membangun ketahanan psikologis dan spiritual santri, sekaligus membekali mereka dengan resiliensi untuk menghadapi berbagai tantangan zaman.

Sebaliknya, apabila intervensi semacam ini tidak dilaksanakan secara sistematis dan berkelanjutan, santri berpotensi mengalami disorientasi identitas yang semakin serius. Disorientasi tersebut bukan hanya berdampak pada penurunan performa akademik dan degradasi moral, tetapi juga melemahkan ketahanan psikologis serta mengikis integritas spiritual santri dalam menghadapi dinamika kehidupan di masa depan (Amaliya, R. N., 2024). Tanpa adanya program penguatan jati diri yang terstruktur, risiko munculnya perilaku menyimpang semakin besar. Hal ini mencakup

meningkatnya perilaku reaktif, rendahnya kesejahteraan psikologis, hingga pudarnya orientasi spiritual. Kondisi tersebut tentu berlawanan dengan tujuan utama pesantren sebagai lembaga pendidikan yang berorientasi pada pembentukan akhlak mulia, kepribadian Islami, dan generasi yang berkarakter (Kirana et al., 2025). Pesantren, yang seharusnya menjadi benteng moral, justru dapat kehilangan fungsinya jika kebutuhan psikologis santri tidak mendapat perhatian.

Dengan demikian, implementasi psikoedukasi Islami menjadi kebutuhan mendesak sekaligus investasi jangka panjang yang harus diprioritaskan dalam dunia pendidikan pesantren. Kegiatan pengabdian berbasis pendekatan ini tidak hanya berfungsi sebagai solusi sementara untuk mengatasi krisis jati diri remaja (Saputra et al., 2024), tetapi juga berperan dalam menanamkan fondasi karakter Islami yang kokoh, adaptif, dan berkelanjutan. Santri yang dibekali dengan nilai Qur'ani dan keterampilan regulasi diri sejak dini akan lebih siap menghadapi tekanan sosial, godaan budaya digital, dan tantangan globalisasi, tanpa kehilangan identitas spiritualnya. Program semacam ini diharapkan mampu melahirkan generasi santri yang tidak hanya unggul secara spiritual dan akademik, tetapi juga resilien dalam menghadapi dinamika kehidupan modern. Dukungan kolaboratif antara pesantren, perguruan tinggi, dan masyarakat akan memperkuat dampak program psikoedukasi Islami, sehingga dapat menjadi model strategis dalam memperkuat *selfhood* santri sekaligus mencetak generasi muda muslim yang berkarakter kuat di era globalisasi.

METODE

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian ini menggunakan pendekatan *Service Learning* (SL), yaitu pendekatan pembelajaran yang mengintegrasikan teori dan pengalaman nyata melalui pelayanan kepada santri Pondok Pesantren Sabilunnajah Lampung Tengah. SL menekankan pentingnya refleksi kritis, keterlibatan aktif, serta pemanfaatan aset dan potensi lokal dalam merespons kebutuhan santri Pondok Pesantren Sabilunnajah Lampung Tengah secara berkelanjutan (Giles Jr, D. E., & Eyler, J., 1994).

Tahapan Pelaksanaan

Pelaksanaan pengabdian dilakukan melalui beberapa tahapan sistematis sebagai berikut: identifikasi masalah dan potensi, tim pelaksana melakukan observasi partisipatif dan wawancara awal dengan pihak pesantren (pimpinan, guru pembimbing, dan santri) untuk mengidentifikasi masalah dominan terkait krisis identitas, emosi religius, dan minimnya jati diri (*selfhood*). Selain itu, tim memetakan potensi lokal, nilai-nilai yang hidup di lingkungan pesantren, serta praktik baik yang telah berjalan.

Focus Group Discussion (FGD), dilakukan untuk menyamakan persepsi dan menggali ide-ide intervensi dari berbagai pemangku kepentingan. FGD melibatkan pembina pesantren, guru, konselor Islam, dan tim pelaksana dalam suasana informal namun terstruktur, sebagaimana direkomendasikan oleh Boateng, W. (2012), guna memastikan pendekatan intervensi kontekstual, realistis, dan partisipatif.

Pelaksanaan Psikoedukasi, intervensi utama dilaksanakan melalui kombinasi psikoedukasi berbasis nilai Islami. Langkah-langkahnya meliputi: Identifikasi Masalah, menggali secara mendalam isu-isu psikososial santri (jati diri (*selfhood*), emosi, motivasi, spiritualitas, konsep diri). Diagnosa, menetapkan permasalahan utama dan faktor pemicunya (misalnya tekanan sosial, perbandingan sosial di media, dan rendahnya *self-efficacy*). Prognosa, menentukan bentuk terapi, yaitu *behavioral therapy dengan teknik modeling* (peneladanan tokoh teladan dan ustaz pembimbing).

Terapi (Treatment), meliputi ceramah interaktif, diskusi nilai Qurani, latihan muhasabah, menulis jurnal reflektif, dan bermain peran (*role-playing*). Evaluasi dan Follow-up, dilakukan dengan instrumen kuantitatif dan kualitatif untuk mengetahui dampak psikoedukasi terhadap jati diri (*selfhood*) santri. Prediksi hasil, terjadi peningkatan skor jati diri (*selfhood*) secara signifikan dari sebelum ke sesudah intervensi. Refleksi santri menunjukkan pemahaman lebih mendalam terhadap konsep jati diri (*selfhood*). Terdapat perubahan sikap positif dalam hal tanggung jawab, kepercayaan diri, dan kontrol diri.

HASIL

Pelaksanaan program *Penguatan Selfhood Santri Melalui Psikoedukasi Bermuatan Nilai Islami* telah berhasil dilaksanakan selama empat bulan di Pondok Pesantren Sabilunnajah, Lampung Tengah. Hasil kegiatan ini didasarkan pada temuan kuantitatif dan kualitatif melalui observasi, wawancara mendalam, catatan reflektif, dan evaluasi psikoedukatif. Adapun hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut: peningkatan Selfhood Santri secara Signifikan. Setelah mengikuti empat sesi psikoedukasi yang terdiri dari ceramah interaktif, muhasabah, diskusi Qur'ani, dan role-playing, sebagian besar santri menunjukkan peningkatan pada dimensi selfhood, yaitu pemahaman terhadap identitas diri, tujuan hidup, nilai spiritual, dan rasa memiliki kontrol terhadap perilaku sendiri. Santri mulai mampu mengenali siapa dirinya, memahami potensinya, serta mampu menghubungkan identitas dirinya dengan nilai-nilai keislaman.

Peningkatan Regulasi Emosi dan Kesadaran Diri. Santri menunjukkan peningkatan kemampuan dalam mengelola emosi negatif seperti marah, kecewa, atau minder. Latihan reflektif seperti *jurnal spiritual harian* dan *latihan perenungan ayat* mendorong santri untuk memiliki kontrol diri yang lebih baik. Mereka juga mulai menyadari pemicu emosional dan cara-cara islami dalam meresponnya, seperti melalui istighfar, doa, atau bermusyawarah.

Perubahan Sikap dan Perilaku Positif. Hasil observasi guru pendamping dan fasilitator menunjukkan adanya perubahan perilaku santri yang lebih positif seperti bertambahnya rasa tanggung jawab, kepercayaan diri saat berbicara di depan umum, dan berkurangnya perilaku reaktif saat menghadapi konflik sosial antar santri. Beberapa santri bahkan menunjukkan inisiatif dalam kegiatan keagamaan seperti memimpin doa, kultum, dan mentoring teman sebayanya.

Refleksi Mendalam tentang Nilai dan Identitas Islami. Catatan jurnal reflektif santri menunjukkan bahwa mereka mampu mengidentifikasi nilai-nilai Qur'ani dalam kehidupan sehari-hari seperti kesabaran, keikhlasan, syukur, dan rasa taqwa. Banyak dari mereka menyadari bahwa identitas sebagai santri bukan hanya status pendidikan, tetapi juga panggilan hidup untuk menjadi pribadi yang bermanfaat secara sosial dan spiritual.

Respon Positif dari Stakeholders. Pihak pesantren memberikan apresiasi atas pendekatan psikoedukasi yang dilakukan karena dianggap berbeda dari pendekatan ceramah biasa. Kegiatan ini dirasakan lebih interaktif, menyentuh aspek psikologis, serta memberikan ruang bagi santri untuk menyuarkan perasaan dan pengalaman hidup.

PEMBAHASAN

Hasil di atas menunjukkan bahwa pendekatan psikoedukasi bermuatan nilai Islami sangat efektif dalam meningkatkan selfhood santri. Temuan ini sejalan dengan teori Erikson (1968) tentang perkembangan identitas yang menyatakan bahwa pada masa remaja, individu mengalami fase krisis identitas yang menuntut integrasi antara nilai-nilai internal dan tekanan sosial eksternal. Di pesantren, santri hidup dalam lingkungan religius yang kaya dengan norma, namun sering kali belum dilengkapi dengan pendekatan psikologis yang membantu mereka memahami dan menginternalisasi nilai tersebut secara pribadi dan emosional. Di sinilah pendekatan psikoedukatif Islami menjadi relevan dan transformatif. Psikoedukasi berbasis Islam mengintegrasikan pendekatan psikologi modern dengan nilai-nilai Qur'ani seperti *ikhlas*, *sabar*, *syukur*, *muraqabah*, dan *tawakal*. Dengan menggunakan metode *modeling*, *role-playing*, *muhasabah*, dan *refleksi ayat*, santri tidak hanya belajar secara kognitif tetapi juga menyentuh aspek afektif dan spiritual. Proses ini menciptakan pengalaman belajar yang menyeluruh (*holistik*) yang mampu menembus lapisan terdalam dari kesadaran diri santri.

Selain itu, praktik *jurnal reflektif* dan *diskusi nilai* terbukti mendorong kesadaran metakognitif, yaitu kemampuan individu untuk menyadari cara berpikir, merasakan, dan bertindak secara lebih bijaksana. Santri yang sebelumnya pasif atau mengikuti arus pergaulan kini mulai menunjukkan sikap aktif dalam merumuskan tujuan hidup, menyusun nilai prioritas, dan mengambil keputusan yang lebih berlandaskan iman dan akhlak. Pembentukan selfhood tidaklah bersifat instan. Namun melalui proses edukatif yang sistematis dan berulang, seperti yang dilakukan dalam kegiatan ini, santri dibimbing untuk menemukan jati dirinya secara mandiri namun tetap dalam bingkai Islam. Ini mendukung bahwa *selfhood* adalah proses pembentukan identitas diri yang otentik, konsisten, dan memiliki arah moral.

Pembahasan ini juga memperlihatkan bahwa *selfhood* dalam konteks psikologi Islam lebih dari sekadar konsep psikologis. Ia merupakan proses *tazkiyah al-nafs* (penyucian jiwa) yang menuntun individu untuk mencapai *nafs muthma'innah*—jiwa yang tenang, stabil, dan tunduk pada ketentuan Ilahi. Maka, pendekatan psikoedukasi islami memiliki peran strategis sebagai media *tazkiyah* dan *tarbiyah*. Dari perspektif pendidikan karakter, kegiatan ini membuktikan bahwa integrasi antara psikoedukasi dan nilai-nilai agama mampu menjawab tantangan pendidikan di era modern yang sarat dengan disonansi nilai. Ini menjadi jawaban atas kritik terhadap sistem pendidikan pesantren yang kadang terlalu normatif dan kurang menyentuh kebutuhan psikologis remaja.

Tidak kalah penting, kegiatan ini memperkuat kolaborasi antara pesantren dan perguruan tinggi dalam bentuk Tri Dharma Perguruan Tinggi. Hal ini menjadi model kemitraan strategis antara dunia akademik dan dunia praktik spiritual untuk bersama-sama membentuk generasi muda muslim yang kuat secara mental dan spiritual (Arianti, D., & Susanti, A., 2025). Didukung dengan pendapat Prasetyaningrum, J., Fadjaritha, F., Aziz, M. F., & Sukarno, A. (2022), menegaskan tujuan dan karakteristik sistem pendidikan di pondok pesantren juga diharapkan dapat mencetak santri dengan karakter yang kuat, yaitu santri yang dapat langsung berdayaguna bagi masyarakat. Untuk dapat membentuk karakter yang kuat pada santri, dibutuhkan kesejahteraan psikologis. Kondisi psikologis yang sejahtera, ternyata berpengaruh secara signifikan terhadap pembentukan karakter santri. Oleh karenanya bagi pengelola pondok pesantren, kesejahteraan psikologis santri merupakan hal penting yang menjadi perhatian utama.

Budiyono, A. L., & Pratama, A. M. (2024), mengemukakan moral, etika dan disiplin yang rendah penting untuk dikembangkan di kalangan siswa. Dengan demikian, diperlukan upaya untuk mengembangkan karakter siswa, tentu saja dengan pendekatan yang sesuai dengan budaya siswa, yang erat kaitannya dengan nilai-nilai Islam. Penelitian ini menggunakan metode kajian pustaka yang bertujuan untuk menginternalisasi nilai-nilai Islam dalam layanan bimbingan klasikal untuk mengembangkan karakter siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai-nilai Islam dapat diintegrasikan ke dalam layanan bimbingan klasikal untuk mengembangkan karakter.

Ilmah, M. C., & El-Yunusi, M. Y. M. (2025), menjelaskan bahwa lingkungan yang religius dan disiplin, kurikulum integratif, serta peran aktif pengasuh sebagai teladan, sangat mendukung internalisasi nilai-nilai kepribadian. Namun, tantangan muncul dari perbedaan latar belakang santri dan keterbatasan fasilitas yang menghambat efektivitas pembelajaran. Kolaborasi antara pesantren, orang tua, dan masyarakat dipandang esensial dalam memperkuat proses internalisasi nilai-nilai ini. Santri yang telah mengikuti pendidikan di pesantren ini merasakan pengalaman berharga yang meningkatkan kualitas pribadi dan kesiapan mereka menghadapi tantangan kehidupan. Triyuliasari, A., & Mubarak, A. S. (2024), dalam penelitiannya mengemukakan seorang santri pada umumnya pasti membutuhkan penyesuaian diri dengan lingkungan baru di pesantrennya. Dimana hal tersebut akan menjadi tantangan tersendiri bagi mereka untuk dapat menyesuaikan diri dengan yang ada. Bahwa secara simultan regulasi diri dan religiusitas berpengaruh terhadap penyesuaian diri.

Gap atau kesenjangan dalam pengabdian belum banyak intervensi empiris berupa psikoedukasi Islami di lingkungan pesantren yang secara sistematis mengukur jati diri (*selfhood*) santri lama dan baru. Didukung dengan pendapat mengenai *Selfhood* (Anton, Corey., 2001; Damon, W., & Hart, D., 1991; Erikson, E. H. 1968 & Campbell, C.A., 2003) integrasi jati diri (*selfhood*), konsep diri, identitas, dan kesadaran diri. Suatu konsep yang mencakup integrasi antara jati diri, konsep diri, identitas, dan kesadaran diri. Konsep ini menunjukkan bahwa pembentukan *selfhood* tidak hanya melibatkan pemahaman seseorang terhadap siapa dirinya, tetapi juga bagaimana individu memaknai dan mengintegrasikan berbagai aspek diri dalam kehidupan sehari-hari. *Selfhood* mencerminkan proses internal yang kompleks, di mana individu membentuk kesadaran diri yang utuh, mengenali nilai-nilai pribadinya, dan mengembangkan identitas yang konsisten seiring waktu dan pengalaman hidup.

Pada psikologi Islam, *selfhood* terkait dengan *nafs* (*nafs amarah*, *lawwamah*, *muthma'innah*), yang idealnya mencapai *nafs muthma'innah*, jiwa yang tenang dan stabil sesuai syariat. Konsep *selfhood* berkaitan erat dengan pemahaman tentang *nafs*, yaitu aspek jiwa manusia yang memiliki tingkatan dan dinamika perkembangan spiritual. *Nafs* terbagi menjadi tiga tingkatan utama, yaitu *nafs amarah* (jiwa yang cenderung pada dorongan negatif atau hawa nafsu), *nafs lawwamah* (jiwa

yang mulai memiliki kesadaran moral dan mampu melakukan introspeksi) (Saputra, A. A., Hambali, I. M., & Sobri, A. Y., 2025), dan *nafs muthma'innah* (jiwa yang tenang, stabil, dan selaras dengan nilai-nilai ilahiah serta ajaran syariat). *Selfhood* dalam perspektif ini dianggap ideal jika seseorang mampu mencapai tingkat *nafs muthma'innah*, karena pada tahap ini individu tidak hanya memiliki kesadaran diri yang kuat, tetapi juga mampu menjalani hidup dengan kedamaian batin, ketaatan, dan keselarasan spiritual yang mendalam sesuai tuntunan.

Kerangka konseptual: Input: Psikoedukasi Islami pada Proses: Internalisasi nilai dengan refleksi terdapat Output: Peningkatan jati diri (*selfhood*), kesadaran diri, konsep diri positif, dan regulasi emosi (*self-control*). Kerangka konseptual dalam pendekatan ini menggambarkan suatu alur intervensi yang dimulai dari input berupa psikoedukasi islami, yaitu pemberian pendidikan psikologis yang berlandaskan nilai-nilai ajaran Islam. Proses yang terjadi dalam intervensi ini melibatkan internalisasi nilai melalui kegiatan reflektif, di mana individu diajak untuk merenungi, memahami, dan menghayati nilai-nilai Islami secara mendalam agar tertanam dalam kesadaran dan perilaku sehari-hari. Hasil dari proses ini, atau output-nya, diharapkan berupa peningkatan jati diri (*selfhood*) yang lebih utuh dan kokoh, kesadaran diri yang lebih tajam, konsep diri yang positif, serta kemampuan regulasi emosi atau pengendalian diri (*self-control*) yang lebih baik, sehingga individu mampu menjalani kehidupan secara lebih bermakna dan seimbang secara spiritual maupun psikologis.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan dan analisis kegiatan *Penguatan Selfhood Santri Melalui Psikoedukasi Bermuatan Nilai Islami*, dapat disimpulkan bahwa pendekatan psikoedukatif berbasis nilai-nilai Islam terbukti efektif dalam meningkatkan *selfhood*, regulasi emosi, kesadaran diri, dan sikap spiritual santri. Melalui metode interaktif seperti muhasabah, diskusi Qur'ani, role-playing, dan jurnal reflektif, santri tidak hanya memperoleh pemahaman kognitif tentang konsep diri, tetapi juga mengalami transformasi psikologis dan spiritual yang bermakna.

Program ini berhasil membantu santri menginternalisasi nilai-nilai Qur'ani dalam kehidupan sehari-hari, membangun identitas diri yang kuat, serta meningkatkan resiliensi dalam menghadapi tekanan sosial dan budaya modern. Pendekatan ini juga menunjukkan bahwa integrasi antara psikoedukasi dan spiritualitas Islami mampu menjawab kebutuhan psikososial remaja pesantren secara lebih kontekstual dan menyeluruh. Dengan dukungan dan respon positif dari pihak pesantren, kegiatan ini layak untuk direplikasi dan dikembangkan lebih lanjut sebagai model pembinaan karakter Islami yang strategis dan berkelanjutan dalam lembaga pendidikan berbasis pesantren.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Ma'arif Lampung atas segala bentuk dukungan, fasilitasi, dan pendampingan yang telah diberikan selama proses pelaksanaan program pengabdian ini. Berkat dukungan LPPM, kegiatan *Penguatan Selfhood Santri Melalui Psikoedukasi Bermuatan Nilai Islami* dapat berjalan dengan baik, terarah, dan mencapai hasil yang optimal. Semoga kerja sama dan sinergi ini terus berlanjut dalam upaya mewujudkan Tri Dharma Perguruan Tinggi yang bermanfaat bagi masyarakat luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliya, R. N. (2024). *Flourishing Pada Santri Putri Di Pondok Pesantren Ngunut Tulungagung* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim). etheses.uin-malang.ac.id/71768/
- Anton, Corey. (2001). *Selfhood and Authenticity*. State University of New York Press, Albany.
- Arianti, D., & Susanti, A. (2025). Peningkatan Kesehatan Mental Remaja Melalui Dukungan Sosial yang Lebih Kuat di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Medika: Medika*, 4(2), 181-184. <https://doi.org/10.31004/txn98871>
- Bakar, M. S. A., Zakaria, W. F. A. W., & Salleh, K. (2016). Faktor-faktor kelemahan pengurusan dan pentadbiran Islam di Malaysia serta langkah-langkah mengatasinya. *Jurnal Ilmi*, 1(1). <https://www.unimel.edu.my/journal/index.php/JILMI/article/view/40>

- Boateng, W. (2012). Evaluating the efficacy of focus group discussion (FGD) in qualitative social research. *International Journal of Business and Social Science*, 3(7). <https://www.ijbssnet.com/>
- Budiyono, A. L., & Pratama, A. M. (2024). Internalisasi nilai-nilai islam dalam bimbingan klasikal untuk mengembangkan karakter santri. *La-Tahzan: Jurnal Pendidikan Islam*, 16(1), 57-72. <https://doi.org/10.62490/latahzan.v16i1.422>
- Campbell, C.A. (2003). *On Selfhood and Godhood* (1st ed.). Routledge.
- Damon, W., & Hart, D. (1991). *Self-understanding in childhood and adolescence* (No. 7). CUP Archive.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity youth and crisis* (No. 7). WW Norton & company.
- Fathansyah, M. (2019). *Pembentukan Identitas Diri Santri Remaja Putra, Di Lingkungan Pondok Pesantren Islam Ulul Albab Jati Agung, Lampung Selatan* (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Giles Jr, D. E., & Eyler, J. (1994). The theoretical roots of service-learning in John Dewey: Toward a theory of service-learning. *Michigan Journal of Community Service Learning*, 1(1), 7. <https://digitalcommons.unomaha.edu/slceslgen/150/>
- Ilmah, M. C., & El-Yunusi, M. Y. M. (2025). Internalisasi Nilai-Nilai Pesantren Dalam Membentuk Kepribadian Santri di Pondok Pesantren Nurul Ikhlas Sidoarjo. *Jurnal Pendidikan Inovatif*, 7(1). <https://journalpedia.com/1/index.php/jpi/article/view/4034>
- Keshavarzi, H., & Haque, A. (2013). Outlining a psychotherapy model for enhancing Muslim mental health within an Islamic context. *International Journal for the Psychology of Religion*, 23(3), 230-249. <https://doi.org/10.1080/10508619.2012.712000>
- Kirana, D. N., Vaiza, P., Syahfitri, N., Ariana, A., & Ningsih, S. A. (2025). Penguatan Karakter Remaja Melalui Edukasi Seks Bebas Berbasis Puzzle Interaktif. *Jurnal Medika: Medika*, 4(4), 929-933. <https://doi.org/10.31004/rlpwmx10>
- Marselina, R. K. (2024). Phenomenological Study of Spiritual Experience in Individuals Experiencing Identity Crisis. *Acta Psychologica*, 3(3), 122-131. <https://doi.org/10.1177/1088868309349692>
- Nursikin, M., & Nugroho, M. A. (2021). Internalization Of Qur'anic Values In The Islamic Multicultural Education System. *Didaktika Religia*, 9(1), 19-38. <https://doi.org/10.30762/didaktika.v9i1.3276>
- Pamungkas, A. S. D., & Tsurayya, T. (2024). Disosiasi Kognitif Queer Muslim Terhadap Heteronormativitas Islam (Studi Fenomenologi pada Basis Nadhlatul Ulama dan Muhammadiyah). *The Commercium*, 8(01), 209-218. <https://doi.org/10.26740/tc.v8i1.59690>
- Prasetyaningrum, J., Fadjaritha, F., Aziz, M. F., & Sukarno, A. (2022). Kesejahteraan psikologis santri Indonesia. *Profetika: Jurnal Studi Islam*, 86-97. <https://doi.org/10.23917/profetika.v23i1.16796>
- Pritaningrum, M., & Hendriani, W. (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.
- Sa'diyah, K. (2024). Psychoeducation on Resilience in the Digital Age with Islamic Psychological Approach. *International Journal of Community Care of Humanity (IJCCH)*, 2(1), 97-101. <https://journal.lsmsharing.com/ijcch/article/view/38>
- Saputra, A. A., Hambali, I. M., & Sobri, A. Y. (2025). ISLAMIC GUIDANCE AND COUNSELING: A PATHWAY TO MORAL DEVELOPMENT FOR STREET CHILDREN. In *Proceeding of International Conference on Islam and Humanities in the Modern Era* (Vol. 1, No. 1, pp. 50-56). <https://jurnal.staim-probolinggo.ac.id/iconihum/article/view/1619>
- Saputra, A. A., Kusumaningtyas, W., Ramli, M., Hambali, I. M., Hanurawan, F., Muslihati, M., & Sabri, F. (2024). PENGUATAN KOMUNIKASI ORANG TUA: UPAYA STRATEGIS MENCEGAH KENAKALAN REMAJA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Khatulistiwa*, 7(2), 214-221. <https://doi.org/10.31932/jpmk.v7i2.4111>
- Sawday, Jonathan. (1996). *Self And Selfhood In The Seventeenth Century*. London: Routledge.

- Schachter, E. P., & Galliher, R. V. (2018). Fifty Years Since “Identity: Youth and Crisis”: A Renewed Look at Erikson’s Writings on Identity. *Identity, 18*(4), 247–250. <https://doi.org/10.1080/15283488.2018.1529267>
- Triyuliasari, A., & Mubarak, A. S. (2024). Self-Adjustment in Modern Islamic Boarding Schools: A Study of Self-Regulation and Religiosity among Students. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya, 7*(1), 57-68. <https://doi.org/10.15575/jpib.v7i1.28982>
- Yeo, G., Tan, C., Ho, D., & Baumeister, R. F. (2023). How do aspects of selfhood relate to depression and anxiety among youth? A meta-analysis. *Psychological Medicine, 53*(11), 4833–4855. <https://doi.org/doi:10.1017/S0033291723001083>
- Zahavi, D. (2008). *Subjectivity and Selfhood: Investigating the First-Person Perspective*. MIT Press.