

Correlation of Mental Toughness with Academic Achievement in Modern Pesantren Students in Aceh Indonesia

Korelasi Mental *Toughness* dengan Prestasi Akademik pada Pelajar Pesantren Modern di Aceh Indonesia

Zaujatul Amna^{1*}, Syifa Safira², Kartika Sari³, Syarifah Faradina⁴
^{1,2,3,4} Universitas Syiah Kuala, Aceh

Received August 06, 2020 | Accepted December 22, 2020 | Published December 28, 2020

Abstract: Mental toughness is a capacity that individuals have in dealing with stressors, pressures, and challenges to achieve what they want. Individuals who have mental toughness will be able to overcome various kinds of demands and pressures that occur in their lives, one of which is in the field of education, such as academic achievement. This study aims to determine the correlation between mental toughness and academic achievement among Islamic boarding school students. A total of 335 students consisting of 219 women and 116 men with an age range of 12-18 years were selected as research samples using purposive sampling techniques. Mental Toughness Questionnaire-18 (MTQ-18) is used as a measure of mental toughness; meanwhile academic achievement is measured through score student report in period of Academic Year 2019/2020. The result has shown that there were positive and significant correlations between mental toughness and academic achievement in pesantren's students ($p= 0.011$ with $r= 0.139$). In addition, the results of the study also suggested that the contribution of mental toughness toward on the students' academic achievement was lowest (1,9%). Further discussion of the correlation between the two variables has been described.

Keywords: Mental Toughness; Academic Achievement; Boarding School Student

Abstrak: *Mental toughness* merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam menghadapi *stressor*, tekanan, dan tantangan agar dapat mencapai tujuan yang dimiliki. Individu dengan *mental toughness* yang tinggi akan mampu mengatasi berbagai macam tuntutan dan tekanan yang akan dihadapinya, diantaranya adalah tuntutan yang akan ditemui dalam bidang pendidikan, seperti prestasi akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *mental toughness* dengan prestasi akademik pada pelajar pesantren modern. Sejumlah 335 pelajar yang terdiri dari 219 perempuan dan 116 laki-laki dengan rentang usia 12-18 tahun telah dipilih sebagai sampel penelitian dengan teknik *purposive sampling*. *Mental Toughness Questionnaire-18* (MTQ-18) digunakan sebagai alat ukur *mental toughness*, sedangkan prestasi akademik diukur dengan menggunakan nilai rapor pelajar periode Semester Ganjil Tahun Ajaran 2019/2020. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *mental toughness* dengan prestasi akademik pada pelajar pesantren modern ($p=0,011$ dan $r=0,139$), artinya semakin tinggi tingkat *mental toughness* maka semakin tinggi pula prestasi akademik padapelajar pesantren modern

* Corresponding Author: Zaujatul Amna, amnazaujatul@unsyiah.ac.id, Universitas Syiah Kuala Aceh, Jl. Teuku Nyak Arief Darussalam, Banda Aceh, 23111, Indonesia.

tersebut. Selain itu, hasil penelitian ini juga menjelaskan bahwa nilai kontribusi variabel *mental toughness* terhadap prestasi akademik pelajar pesantren tergolong lemah, yaitu hanya 1,9%, pembahasan lanjutan mengenai korelasi antar kedua variabel tersebut telah diuraikan dalam artikel ini.

Kata Kunci: Mental Toughness; Prestasi Akademik; Pelajar Pesantren



Copyright ©2020. The Authors. Published by Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam. This is an open access article under the CC BY NO SA. Link: [Creative Commons — Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International-CC BY-NC-SA 4.0](#)

Pendahuluan

Indonesia kini dihadapkan dengan berbagai macam persoalan internal maupun eksternal yang terjadi akibat berbagai macam perubahan, seperti terjadinya perubahan teknologi, sosial, dan budaya yang berdampak terhadap kemajuan dan perkembangan pendidikan (Munirah, 2015). pendidikan merupakan indikator penting dalam pembangunan suatu bangsa, karena menjadi salah satu tolak ukur maju atau tidaknya suatu bangsa. Putri (2018) menambahkan bahwa pendidikan bertujuan untuk menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas, baik dari segi inteligensi, skills, dan juga spiritual yang merupakan suatu bentuk investasi dalam membangun generasi bangsa di masa yang akan datang. Hal yang sama juga dijelaskan oleh Mawardi (2019) bahwa pendidikan bertujuan untuk mengembangkan potensi kecerdasan, baik kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional dan juga kecerdasan sosial demi meningkatkan kualitas diri pelajar, menjadi pribadi yang cerdas secara intelektual, emosional, dan juga sosial.

Salah satu tempat menempuh pendidikan di Indonesia adalah pesantren. Pesantren dapat diklasifikasikan menjadi 3 macam, yaitu pesantren yang hanya mengajarkan ilmu agama saja dalam bentuk pendidikan diniyah, pesantren yang menyelenggarakan pendidikan keagamaan formal dalam bentuk madrasah namun tidak menerapkan kurikulum nasional, dan pesantren yang menerapkan pendidikan berkurikulum nasional serta menyelenggarakan pendidikan keagamaan dalam bentuk madrasah, yang biasa dikenal dengan pesantren modern (Jaya, 2015).

Pesantren modern merupakan pesantren yang menyelenggarakan pendidikan yang menggabungkan sistem madrasah yang berkurikulum muatan lokal, seperti pelajaran-pelajaran hadits, mahfudhat, nahwu, sharaf, yang pada umumnya berbahasa Arab serta sistem sekolah umum yang menggunakan kurikulum pemerintah atau yang lebih dikenal dengan kurikulum K13 (Alwi, 2013). (Nasir, 2005) juga menambahkan bahwa pesantren modern tidak hanya mengajarkan pelajar di bidang sains dan teknologi. Namun, juga berbasis pada nilai-nilai agama Islam, yaitu mengajarkan para pelajar untuk mengembangkan nilai-nilai agama Islam di setiap pembelajarannya.

Sistem pendidikan pesantren modern menerapkan pendidikan keagamaan yang formal dan ilmu-ilmu pengetahuan umum berkurikulum nasional yang menambah beban bagi pelajar untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam ruang lingkup persaingan akademisi yang semakin lama semakin meningkat, sehingga terbebani oleh tuntutan dan tekanan yang dapat menyebabkan stres pada pelajar (Alvin, 2007). Fuad (2016) memaparkan bahwa terdapat beberapa tuntutan yang harus dipenuhi oleh pelajar di pesantren modern. Pertama, tuntutan akademik. Pelajar diharuskan untuk menguasai pelajaran formal, seperti belajar ilmu sains dan teknologi, menguasai semua mata

pelajaran pesantren, menyelesaikan tugas hafalan, ujian lisan bahasa Arab, Inggris dan Al-Quran, serta ujian tulis di setiap akhir semester. Kedua, tuntutan relasi sosial. Seperti memiliki toleransi yang tinggi dengan junior, senior, ustadz dan ustadzah, memiliki komunikasi yang baik antar satu dengan lainnya. Ketiga, tuntutan peraturan. Mencakup peraturan keamanan, peraturan berbahasa, peraturan kebersihan, serta peraturan dalam hal ibadah. Fuad (2016) juga menjelaskan bahwa banyaknya peraturan-peraturan yang berada di lingkungan pesantren baik secara langsung ataupun tidak langsung memiliki dampak terhadap mental pelajar. Hal tersebut dikarenakan pelajar di pesantren dituntut untuk memenuhi peraturan-peraturan yang telah ditetapkan di lingkungan pesantren.

Kondisi pelajar yang mengalami stres akan memengaruhi prestasi akademik. Hal tersebut dikarenakan ketidaksiapan beban mental yang dimiliki pelajar ketika berhadapan dengan tugas di pesantren. Disisi lain juga terdapat pelajar yang memilih untuk tetap belajar di pesantren dengan beban yang sama, dikarenakan beberapa pelajar tersebut mampu menyelesaikan masalahnya yang ditunjukkan dengan kemampuan pengelolaan mental yang baik, seperti pengelolaan emosi, memiliki strategi coping yang baik, sehingga membuat pelajar mampu mengendalikan diri ketika menghadapi keadaan yang berdampak pada stres atau mentalnya (MoghimiIslam et al., 2013).

Meskipun banyaknya tuntutan dan peraturan yang dapat menyebabkan stres dan beban mental bagi pelajar, tetapi dengan adanya mental toughness dalam diri pelajar di pesantren, maka pelajar tetap mampu berprestasi dan mampu mencapai tujuan serta harapan yang diinginkan di lingkungan pendidikan, salah satunya prestasi akademik. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Papageorgiou et al., 2018) yang mengatakan bahwa mental toughness berkaitan dengan pencapaian prestasi akademik individu. *Mental toughness* dikarakteristikan dengan rendahnya tingkat kecemasan, dimana ketika pelajar tidak mengalami rasa cemas maka akan lebih fokus dalam belajar sehingga memungkinkan pelajar memiliki pencapaian akademik yang baik (Owens et al., 2008). Keterkaitan antara mental toughness dengan prestasi akademik digambarkan bahwa mental toughness dapat memengaruhi prestasi akademik secara tidak langsung melalui pengurangan tingkat stres. Stres yang terjadi pada individu akan berdampak pada melemahnya fungsi kognitif dan akan menghambat individu untuk memiliki performa akademis yang baik, serta individu yang tangguh secara mental akan memiliki berbagai macam strategi dalam mengatasi masalah yang dihadapi (Lin et al., 2017).

Hal tersebut yang mendorong penelitian ini agar mampu melihat *mental toughness* pada pelajar pesantren modern untuk mencapai prestasi akademik khususnya di wilayah Propinsi Aceh, Indonesia yang bertujuan untuk mengetahui hubungan *mental toughness* dengan prestasi akademik pada pelajar pesantren *modern*.

Metode

Pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasi digunakan sebagai desain penelitian ini terhadap dua variabel yang diukur, yaitu *mental toughness* (variabel bebas), dan prestasi akademik (variabel terikat).

Sebanyak 335 pelajar pesantren yang berasal dari Propinsi Aceh, Indonesia (terdiri dari 219 santri perempuan dan 116 santri laki-laki) dengan rentang usia 12-18 tahun telah dipilih sebagai sampel penelitian dengan menggunakan dengan teknik *purposive sampling*. Variabel *mental toughness* diukur dengan menggunakan *Mental Toughness Questionnaire* (MTQ-18) yang dari Clough

et al. (2002) Clough, Earle, dan Sewell (2002) berdasarkan aspek-aspek mental toughness, dari Clough, Earle, dan Sewell (2002) yang terdiri dari 18 butir item pernyataan dengan 5 pilihan respon jawaban yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, netral, setuju, dan sangat setuju, dengan skor daya diskriminasi item berada pada rentang 0,250 – 0,576, dan nilai reliabilitas yaitu 0,78. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa alat ukur MTQ-18 dalam penelitian ini memiliki nilai reliabilitas yang tinggi. Hal ini didukung dengan penjelasan dari Pargament et al. 2013) yang menyebutkan bahwa rentang kategori koefisien reliabilitas 0,60-0,80 termasuk dalam kategori reliabilitas tinggi. Sedangkan variabel prestasi akademik diukur dengan menggunakan nilai rapor pelajar pada periode semester ganjil tahun ajaran 2019/2020.

Sebelum dilakukan pengambilan data, penelitian diawali dengan menyiapkan alat ukur, melakukan *expert review*, menguji coba (*try out*) alat ukur MTQ-18, serta mengajukan protokol etik penelitian kepada Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) di Universitas Syiah Kuala-RSUDZA dan diakhiri dengan pengumpulan data penelitian yang dilakukan secara langsung/manual dan juga secara tidak langsung dengan cara mengirimkan link *Google form* kepada setiap sampel penelitian. Setelah pengumpulan data penelitian terpenuhi sesuai dengan jumlah sampel yang telah ditentukan, maka data tersebut dianalisis dengan teknik uji analisis korelasi Pearson, yaitu dengan menggunakan bantuan analisis statistik *software Jeffreys's Amazing Statistics Program (JASP)*.

Hasil

Uji Asumsi Data Penelitian

Uji asumsi penelitian yang dilakukan adalah uji normalitas dan uji linearitas data penelitian, seperti yang terdapat pada tabel 1 dan tabel 2 berikut.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Data Penelitian

Variabel	Skor kurtosis	Skor skewness	Keterangan
Mental toughness	0,04	0,18	Berdistribusi Normal
prestasi akademik	-0,17	-0,28	Berdistribusi Normal

Uji normalitas data penelitian yang terdapat pada ta bel 1 di atas, dilakukan dengan menggunakan Teknik *Exploratory Data Analysis (EDA)*, dengan hasil menunjukkan variabel *mental toughness* menunjukkan nilai kurtosis= 0,04 dan nilai skewness= 0,18, sedangkan variabel prestasi akademik menunjukkan nilai kurtosis= -0,71 dan nilai skewness= -0,28. Berkaitan dengan hasil uji normalitas tersebut, Howell (2010) menjelaskan bahwa suatu data dianggap normal dengan menggunakan analisis EDA, jika nilai *kurtosis* dan *skewness* tidak melebihi $\pm 1,96$. Dengan demikian, berdasarkan pernyataan Howel tersebut maka dapat diartikan bahwa data penelitian memiliki sebaran data normal atau juga disebut data berdistribusi normal.

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas Data Penelitian

Variabel		Sig.	Keterangan
Mental Toughness*	Linearity	0,012	Linear
Prestasi Akademik			

Uji linearitas data penelitian yang terdapat pada tabel 2 di atas, dilakukan dengan menggunakan teknik *ANOVA test*, dengan hasil analisis menunjukkan bahwa nilai *test for linearity* = 0,012 ($p < 0,05$), sehingga dapat diketahui bahwa 0,012 lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel *mental toughness* dengan prestasi akademik pada penelitian ini.

Uji Hipotesis

Hasil uji hipotesis penelitian dilakukan dengan menggunakan analisis statistik parametrik dengan teknik *Pearson Correlation* dengan menggunakan bantuan analisis *Jeffreys's Amazing Statistics Program (JASP)*. *Pearson Correlation* bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *mental toughness* dengan prestasi akademik pada pelajar pesantren modern dan juga analisis terhadap aspek variabel *mental toughness* terhadap variabel prestasi akademik. Adapun hasil analisis korelasi tersebut terdapat dalam tabel 3.1 dan tabel 3.2 berikut.

Tabel 3.1 Hasil Uji Korelasi Antar Variabel

Variabel	N	Sig. (2-tailed)	r	R squared	Keterangan
Mental Toughness* Prestasi Akademik	335	0,011	0,139	0,019	Signifikan

Berdasarkan tabel 3.1 di atas, terlihat bahwa hasil uji hipotesis terhadap variabel *mental toughness* dengan prestasi akademik menunjukkan bahwa nilai signifikansi dan korelasi antar variabel yaitu $p = 0,011$, dan $r = 0,139$. Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *mental toughness* dengan prestasi akademik pada pelajar Pesantren Modern. Koefisien korelasi positif menunjukkan bahwa hubungan searah dari kedua variabel, yang artinya apabila satu variabel menunjukkan skor yang tinggi atau positif, maka akan terjadi peningkatan pula pada variabel lainnya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *mental toughness* maka akan semakin tinggi pula prestasi akademik pada pelajar pesantren modern. Sebaliknya, semakin rendah *mental toughness* maka akan semakin rendah pula prestasi akademik pada pelajar pesantren modern.

Selain itu, dalam tabel 3 juga terlihat bahwa nilai determinasi korelasi (R) = 0,019. Nilai tersebut dapat diartikan bahwa hanya terdapat 1,9% pengaruh/ kontribusi variabel *mental toughness* terhadap variabel prestasi akademik pada pelajar pesantren modern, sedangkan 98,1% lainnya dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Rendahnya keterkaitan variabel *mental toughness* terhadap prestasi akademik dalam penelitian ini, dapat dijelaskan lebih lanjut dengan hasil uji analisis tambahan yang dilakukan peneliti terhadap aspek-aspek *mental toughness* terhadap variabel prestasi belajar, seperti yang terdapat pada tabel 3.2 berikut:

Tabel 3.2. Uji Analisis Aspek-aspek variabel *Mental Toughness* terhadap Prestasi Akademik

Aspek	(p)	(r)	Keterangan
Control	0,1	0,089	Tidak signifikan
Commitment	0,00	0,207	Signifikan
Challenge	0,6	0,028	Tidak signifikan

<i>Confidence</i>	0,07	0,098	Tidak signifikan
-------------------	------	-------	------------------

Hasil uji analisis tambahan yang terdapat pada tabel 3.2 di atas, menunjukkan bahwa hanya aspek *commitment* yang memiliki hubungan positif dan signifikan dengan prestasi akademik pada pelajar pesantren, sehingga dapat dijelaskan bahwa dengan adanya *commitment* dalam diri pelajar maka dapat diartikan bahwa pelajar pesantren memiliki kemampuan untuk melaksanakan tugas sampai berhasil meskipun terdapat masalah atau hambatan selama proses pengerjaan.

Kategorisasi Subjek Penelitian

Selain melakukan uji analisis korelasi antar variabel, maka peneliti juga mencari lebih lanjut mengenai kategorisasi subjek penelitian berdasarkan kedua variabel penelitian ini ke dalam 3 (tiga) kategorisasi yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Dengan hasil sebaran kategorisasi pengelompokannya seperti yang terdapat pada tabel 4 berikut ini.

Tabel 4. Kategorisasi Mental Toughness Pelajar Pesantren Modern

Rumus Kategorisasi Jenjang	Kategorisasi	Jumlah	Persentase (%)
$X < 42$	Rendah	3	0,9
$42 \leq X < 66$	Sedang	272	81,2
$66 \leq X$	Tinggi	60	17,9
Total		335	100

Berdasarkan tabel 4 di atas, dapat dideskripsikan bahwa sebanyak 272 (81,2%) subjek berada dalam kategori *mental toughness* tingkat sedang, 60 (17,9%) subjek berada dalam kategori *mental toughness* tingkat tinggi, dan hanya 3 (0,9%) subjek yang masuk dalam kategori *mental toughness* tingkat rendah.

Tabel 5. Kategorisasi Prestasi Akademik Pelajar Pesantren Modern

Rumus Kategorisasi Jenjang	Kategorisasi	Jumlah	Persentase (%)
$X < 66,33$	Rendah	3	0,9
$66,33 \leq X < 82,67$	Sedang	233	69,6
$82,67 \leq X$	Tinggi	99	29,5
Total		335	100

Berdasarkan tabel 5 di atas, dapat dideskripsikan bahwa sebanyak 233 (69,6%) subjek memiliki prestasi akademik kategorisasi tingkat sedang, 99 (29,5%) subjek memiliki prestasi akademik kategorisasi tingkat tinggi, dan hanya 3 (0,9%) subjek yang memiliki prestasi akademik dengan kategorisasi tingkat rendah.

Diskusi

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *mental toughness* dengan prestasi akademik pada pelajar pesantren *modern*. Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *mental toughness* dengan prestasi akademik pada pelajar pesantren *modern*.

Berdasarkan hasil uji korelasi Pearson yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat korelasi antar *mental toughness* dengan prestasi akademik pada pelajar pesantren *modern, di Aceh, Indoensia*. Hasil penelitian ini sesuai dengan beberapa hasil penelitian sebelumnya, diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Crust et al. (2014) yang menyatakan bahwa adanya hubungan antara *mental toughness, grades* dan *progress academic*, dimana semakin tinggi tingkat *mental toughness* maka akan semakin tinggi pula nilai yang akan diperoleh oleh pelajar. Hasil yang sama juga ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Masrun (2016) yang melihat tentang pengaruh *mental toughness* dan motivasi berprestasi terhadap prestasi olahraga pada atlet PPLP di Sumatera Barat, dimana hasil penelitian menyebutkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *mental toughness* terhadap prestasi olahraga pada atlet. Hasil penelitian serupa juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh (Arifin & Dalilah, 2016), menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *mental toughness* dengan pencapaian akademik pada atlet sepak bola UKM. Pernyataan tersebut menunjukkan semakin tinggi *mental toughness* maka akan semakin tinggi pula pencapaian akademik pada atlet sepak bola UKM.

Adanya hubungan antara *mental toughness* dengan prestasi akademik juga dapat dijelaskan melalui tinjauan teori yang dipaparkan oleh (Gerber et al., 2012) yang menyatakan bahwa individu yang tangguh secara mental akan mampu mengontrol dan memiliki pengaruh terhadap kondisi lingkungan yang dihadapi, individu akan tetap memiliki komitmen untuk mencapai apa yang diinginkan bahkan dalam keadaan yang sulit, serta mampu menilai suatu masalah sebagai sebuah tantangan alami dalam kehidupan yang membuat individu untuk dapat terus berkembang. Dengan kata lainnya, dalam penelitian ini dapat dijelaskan bahwa meskipun pelajar pesantren tersebut berhadapan dengan kondisi dan situasi yang cukup sulit baginya, dimana banyaknya terdapat jumlah mata pelajaran yang harus dipelajari di pesantren, baik kurikulum sekolah maupun kurikulum pesantren, namun hal ini tetap mampu menunjukkan prestasi akademik yang baik juga bagi pelajar pesantren di Aceh.

Uraian selanjutnya juga dapat diuraikan melalui hasil analisis yang dilakukan berdasarkan pengelompokan kategorisasi, yang menunjukkan bahwa secara umum *mental toughness* dan prestasi akademik pelajar pesantren *modern* berada pada tingkatan sedang. Secara detail dapat dijelaskan bahwa kategorisasi *mental toughness* dalam penelitian ini paling banyak berada pada kategori sedang, yaitu terdiri dari 272 (81,2%) subjek, sedangkan sisanya, yaitu sebanyak 60 (17,9%) subjek berada pada kategorisasi *mental toughness* tinggi, dan hanya 3 (0,9%) subjek berada pada *mental toughness* rendah.

Hasil kategorisasi *mental toughness* yang berada pada kategori sedang, dapat dijelaskan berdasarkan pernyataan (Strycharczyk, 2017) mendeskripsikan bahwa individu dengan *mental toughness* sedang (*middle scores*) digambarkan sebagai individu yang mampu mengatasi sebagian besar tantangan namun juga tidak jarang merasa gugup ketika menghadapi tantangan, cukup percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki namun akan goyah jika mendapatkan komentar dari pihak lain, menerima tantangan yang diberikan namun merasa pesimis dalam menghadapinya, cenderung bersikap tenang dan stabil namun kadang-kadang merasa cemas dan khawatir.

Demikian halnya untuk individu dengan tingkat *mental toughness* yang tinggi (*higher scores*) dan yang rendah (*low scores*), (Strycharczyk, 2017) mendeskripsikan individu dengan tingkat *mental*

toughness yang tinggi (*higher scores*) adalah individu yang mampu bertahan di bawah tekanan, melihat tantangan sebagai peluang untuk terus berkembang, percaya terhadap kemampuan yang dimilikinya dan memiliki keyakinan untuk sukses, tidak mengindahkan komentar yang bersifat menjatuhkan, berani mengemukakan pendapat, menyelesaikan apa yang sudah dimulai, mampu bertindak dengan tanggap ketika dihadapkan dengan situasi yang tidak diinginkan, dapat mengendalikan diri dan tetap stabil meskipun berada di bawah tekanan.

Individu dengan tingkat *mental toughness* yang rendah (*low scores*) dideskripsikan bahwa individu tersebut merasa sulit dalam menghadapi lingkungan yang penuh dengan tekanan, sulit menerima kritikan, mudah merasa khawatir bahwa individu tidak akan berhasil dalam menghadapi tantangan dan tidak mengerahkan seluruh usaha untuk berhasil, tidak berani dalam mengemukakan pendapat, merasa tidak nyaman dalam kelompok, serta khawatir terhadap hal-hal yang belum benar-benar terjadi.

Hasil kategorisasi prestasi akademik menunjukkan bahwa sampel penelitian juga berada pada kategori sedang, yang terdiri dari 233 (69,6%) subjek dari jumlah keseluruhan subjek dalam penelitian ini, sedangkan sisanya, yaitu 99 (29,5%) subjek memiliki prestasi akademik yang tinggi, dan hanya 3 (0,9%) subjek yang memiliki tingkatan prestasi akademik rendah. Hal ini dapat diartikan bahwa prestasi akademik pada pelajar pesantren modern Tgk. Chiek Oemar Diyan umumnya berada pada kategori sedang.

Yulianti & Novanto (2015) menggambarkan prestasi akademik sebagai perolehan terbaik yang diperoleh individu dalam semua disiplin akademik, baik pembelajaran di dalam kelas maupun ekstrakurikuler. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pencapaian prestasi akademik pada tingkat/level kategorisasi sedang pada pelajar pesantren menandakan bahwa pelajar tersebut belum cukup mampu untuk berada pada perolehan prestasi akademik terbaik dengan nilai yang maksimal. Hal ini juga diperkuat berdasarkan temuan lapangan yaitu berupa wawancara singkat peneliti dari banyaknya subjek yang berada pada kategori sedang diketahui bahwa sistem pembelajaran yang dimiliki pesantren modern yang, yaitu kurikulum nasional dan kurikulum pesantren, menjadikan hambatan tersendiri bagi pelajar pesantren, sehingga hal ini menjadikan tidak semua pelajar dapat menguasai dengan baik dan memperoleh nilai yang tinggi serta pencapaian yang maksimal penguasaannya terhadap kedua kurikulum tersebut.

Hasil uji data penelitian juga menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki korelasi yang lemah ataupun rendah. Hal ini sesuai dengan penjelasan Sugiyono (2013) yang menyatakan bahwa nilai rentang koefisien korelasi antar variabel yang berada pada rentang korelasi (r)= 0,00-0,199 memiliki korelasi hubungan yang sangat rendah. Selain itu, hasil uji determinasi juga menunjukkan bahwa hanya terdapat 1,9% pengaruh *mental toughness* terhadap prestasi akademik pada pelajar pesantren *modern*, sedangkan 98,1% lainnya dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti inteligensi, minat, bakat, dukungan keluarga, dan lainnya. Rendahnya keterkaitan variabel *mental toughness* terhadap prestasi akademik dapat dijelaskan berdasarkan hasil uji analisis tambahan yang dilakukan oleh peneliti terhadap aspek *mental toughness*. Hasil analisis tambahan yang dilakukan menunjukkan bahwa hanya komponen *commitment* yang memiliki hubungan positif dan signifikan dengan prestasi akademik pada pelajar pesantren, sehingga dapat dijelaskan bahwa dengan adanya *commitment* dalam diri pelajar maka

dapat diartikan bahwa pelajar pesantren memiliki kemampuan untuk melaksanakan tugas sampai berhasil meskipun terdapat masalah atau hambatan selama proses pengerjaan.

Hal ini juga didukung oleh McGeown et al. (2016) yang mengatakan bahwa pelajar yang memiliki komitmen akan menetapkan target ataupun tujuan dan berusaha untuk mencapainya, terlepas dari adanya masalah dan hambatan yang akan dihadapi. Sementara tiga komponen *mental toughness*, yaitu *control*, *challenge* dan *confidence* menunjukkan tidak memiliki hubungan/berkorelasi dengan prestasi akademik, sehingga hal ini diasumsikan menjadi salah satu penyebab rendahnya korelasi dan juga pengaruh *mental toughness* terhadap prestasi akademik pada pelajar.

Hal ini juga sesuai dengan pernyataan (Strycharczyk, 2017) menyatakan bahwa individu yang tidak memiliki *control*, *confidence*, dan *challenge* dalam dirinya akan mudah merasa panik jika diberikan tugas, cenderung menyalahkan faktor eksternal jika mengalami kegagalan, menunjukkan ekspresi marah jika hal yang dilakukan tidak sesuai dengan rencana, tidak menyukai perubahan, merasa terintimidasi ketika dihadapkan dengan tantangan, tidak menyukai suasana baru, khawatir terhadap penilaian dari orang lain, merasa tidak nyaman pada situasi yang bersifat kompetisi, memberikan jawaban singkat dalam percakapan, cenderung diam saat diskusi, dan lain sebagainya.

Faktor lainnya yang dapat menjelaskan rendahnya pengaruh dan korelasi antara *mental toughness* terhadap prestasi akademik dalam penelitian ini dikarenakan usia sampel, dimana sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah remaja, yang sebagian besarnya merupakan remaja awal. Hal ini didukung oleh pernyataan Zalewska et al. (2019) yang menyatakan bahwa pada umumnya remaja belum memiliki kesadaran total terhadap proses metakognitifnya, sehingga hal ini dapat menyebabkan rendahnya kinerja *mental toughness* dalam diri individu, terutama pada remaja awal. Lin et al. (2017) juga menambahkan bahwa *mental toughness* dipengaruhi oleh usia, dimana semakin tinggi tingkatan usia maka semakin tinggi tingkatan *mental toughness* yang dimiliki. Hal ini dikarenakan *mental toughness* dibentuk dan ditempa oleh pengalaman hidup untuk mencapai tingkatan tertentu.

Faktor-faktor lainnya yang dapat memengaruhi prestasi akademik yang tidak dikaji dalam penelitian ini, seperti pernyataan Pertiwi (2011) yang menguraikan bahwa prestasi akademik dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal tersebut seperti kondisi fisiologis, inteligensi, motivasi berprestasi, minat dan bakat. Sedangkan faktor eksternal berupa kondisi sekolah dan keluarga. Lebih lanjut, Maslihah (2011) juga memaparkan faktor lainnya yang memengaruhi prestasi akademik pada pelajar adalah dukungan sosial dari orang tua. Dimana dukungan sosial baik berupa *instrumental support* maupun *emotional support* yang diberikan oleh orang tua akan membuat pelajar merasa nyaman, dihargai dan merasa diakui, sehingga akan berdampak positif pada psikis pelajar dan akan membantu pelajar siap menerima pembelajaran. Namun hal tersebut berbeda dengan kondisi pelajar pesantren, dimana pelajar tidak bisa bertemu dengan orang tua setiap hari dikarenakan pelajar harus menetap di pesantren dan hanya dapat bertemu pada waktu-waktu tertentu saja (Han, 2019).

Simpulan

Dari hasil diskusi temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *mental toughness* dengan prestasi akademik pada pelajar pesantren modern,

artinya semakin tinggi tingkat *mental toughness* pada individu maka akan semakin tinggi pula prestasi akademiknya. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa hubungan antara variabel *mental toughness* terhadap prestasi akademik pada pelajar pesantren modern di Aceh tergolong rendah. Namun demikian, *mental toughness* dan juga prestasi akademik para pelajar pesantren modern di Aceh, Indonesia tergolong dalam kategori yang baik, yaitu sebagian besar kategorisasi berada pada level/ tingkat sedang. Saran bagi penelitian selanjutnya, dapat diberikan variasi subjek pelajar dari berbagai tingkat dan juga dikaitkan dengan variabel moderator yang dapat berupa stres akademik, kemampuan kognitif siswa dan hal lainnya yang berkaitan langsung dengan kemampuan dan keahlian pelajar yang dapat disesuaikan dengan level/ grade tingkatan sekolah dan juga dari segi usianya.

Daftar Rujukan

- Alvin, N., & O. (2017). *Seri teaching children: Handling study stress*. Elex Media Komputindo.
- Alwi, B. M. (2013). Pondok pesantren: Ciri khas, perkembangan, dan sistem pendidikannya. *Lentera Pendidikan*, 16(2), 205–219.
- Arifin, T., & Dalilah, N. (n.d.). *Hubungan kekuatan mental dan prestasi akademik atlet sepak bola Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM)*. Naskah Publikasi. Universiti Kebangsaan Malaysia. https://icge.unespadang.ac.id/asset/file/files/icge IV/II/Untitled_32.pdf.
- Clough, P. J., Earle, K., & Sewell, D. (2016). Mental toughness: the concept and its measurement. In I. Cockerill (Ed.), *Solutions in sport psychology* (pp. 32–43). Thomson.
- Crust, L., Earle, K., Perry, J., Earle, F., Clough, A., & Clough, P. J. (2014). Mental toughness in higher education: Relationship with achievement and progression in first-year university sports students. *Journal of Personality and Individual Differences*, 69, 87–91. <https://doi.org/10.1016/j.jpaid.2014.05.016>
- Fuad, Z. (2016). *Tingkat stres dan stressor pada pelajar pesantren di Banda Aceh tahun 2015*. https://etd.unsyiah.ac.id/index.php?p=show_detail&id=18325
- Gerber, M., Kalak, N., Lemola, S., Clough, P. J., Perry, J. L., Puhse, U., Elliot, C., Holsboer-Trachsler, E., & Brand, S. (2012). Are adolescents with high mental toughness levels more resilient against stress. *Research Article*. <https://doi.org/10.1002/smi.2447>
- Han, A. (2019). Mengirim anak ke pondok itu kuat-kuatan orang tua. Kompasiana. *Diakses Pada*.
- Jaya, F. (2015). *Pesantren dan madrasah dalam sistem pendidikan Indonesia: Analisa arah perkembangan* (p. 186). <http://jurnaltarbiyah.uinsu.ac.id/index.php/tazkiya/article/download/205/>
- Lin, Y., Clough, P. J., Welch, J., & Papageorgiou, K. A. (2017). Individual differences in mental toughness associate with academic performance and income. *Personality and Individual Differences*, 113, 178–183. <https://doi.org/10.1016/j.jpaid.2017.03.039>
- Masrun, M. (2016). Pengaruh mental toughness dan motivasi berprestasi terhadap prestasi olahraga atlet PPLP Sumbar. *Performa Olahraga*, 1(1), 1–11. <https://doi.org/10.24036/po.v1i01.72>
- Mawardi, U. (2019). *Harapan itu bernama sekolah*. Monitor. *Diakses pada 13 agustus 2019 melalui*. <https://monitor.co.id/2019/07/15/harapan-itu->
- McGeown, S., Putwain, D. W., St.Clair-Thompson, H., & Clough, P. (2016). Understanding and supporting adolescents' mental toughness in an educational context. *Psychology in the Schools*, 2(54), 196–209 0033–3085.

- MoghimiIslam, M., Jafari, P., Hoseini, M., & A. (2013). Impact of management training on the girl high school student academic achievement. *Social and Behavioral Sciences*, 89, 22–26. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.08.803>
- Munirah. (2015). Sistem pendidikan di Indonesia: Antara keinginan dan realita. *Auladuna*, 2(2), 233–245.
- Nasir, R. (2005). *Mencari tipologi format pendidikan ideal pondok pesantren ditengah arus perbuahan*. Pustaka Pelajar.
- Owens, M., Stevenson, J., Norgate, R., & Hadwin, J. A. (2008). Processing efficiency theory in children: working memory as a mediator between trait anxiety and academic performance. *Journal of Anxiety, Stress & Coping*, 21, 417–430.
- Papageorgiou, K. A., Malanchini, M., Denovan, A., Clough, P. J., Shakesaft, N., Schofield, K., & Kovas, Y. (2018). Longitudinal associations between narcissism, mental toughness and school achievement. *Personality and Individual Differences*, 131, 105–110. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.04.024>
- Pargament, K., Falb, M. D., Ano, G. G., & Wachholtz, A. (2013). Pargament of Coping: Advances in Theory, Research, and Practice. - PsycNET. In *The Guilford Press. Handbook of the psychology of religion and spiritu*.
- Putri, D. R. (2018). *Pendidikan penting bagi kehidupan. Binus. Diakses pada 31 Oktober2019 melalui* (p.). <http://scdc.binus.ac.id/himpngsd/2018/01/pendidikan->
- Strycharczyk, D. (2017). *Mental toughness questionnaire: A user guide*. United Kingdom:AQR International.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan kombinasi (Mix methods)*. Alfabeta.
- Yulianti, L., & Novabto, Y. (2015). Prestasi Akademik Mahasiswa Sekolah Tinggi Teologi " X ". *ResearchGate*, November, 0–16.
- Zalewska, A. M., Krzywosz-Rynkiewicz, B., Clough, P. J., & Dagnall, N. (2019). Mental toughness development through adolescence: Effect of age group and community size. *Social and Personality*, 47(1). <https://doi.org/10.2224/sbp.73>.

This page is intentionally left blank