KONSEP DAN KARAKTERISTIK PENERAPAN PBL DAN BBL DALAM PEMBELAJARAN DI MADRASAH

Haerul Wahidah
Universitas Islam Negeri Mataram
sabrinapnj1
DOI:

Submitted: **Accepted:** **Published:**

Abstract

Penelitian ini bertujuan menganalisis kontribusi praktik *self-care* terhadap resiliensi santri transgender dalam menghadapi tantangan dan tekanan di Pondok Pesantren Waria Al Fatah Yogyakarta, serta mengidentifikasi bentuk resiliensi mereka. Menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, data primer diperoleh melalui wawancara dengan dua santri transgender, dan data sekunder dari wawancara dengan pengurus pondok pesantren. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi di Jetis, Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa praktik *self-care* berkontribusi signifikan terhadap resiliensi santri transgender, membantu mereka menghadapi tantangan dan tekanan sosial. Resiliensi mereka diartikan sebagai kemampuan untuk bangkit dari keterpurukan dan mengatasi tekanan sosial maupun pribadi, yang sangat dipengaruhi oleh bagaimana mereka mengelola tekanan tersebut.

Keywords: Resiliensi, *Self-Care*, Santri, dan Transgender

PENDAHULUAN

Indonesia adalah bangsa yang kaya akan keragaman, di mana identitas gender dibentuk oleh pandangan budaya (Hoffman, 2017). Gender, sebagai kategori sosial yang dilekatkan pada individu berdasarkan atribut maskulinitas dan femininitas (Anindya, 2018), seringkali menciptakan peran gender yang kaku. Namun, tidak jarang individu mengalami krisis identitas gender yang mempengaruhi konsep diri mereka (Devito, 2008). Fenomena ini seringkali termanifestasi sebagai transgender, individu yang merasa, bertindak, atau terlihat berbeda dari jenis kelamin lahirnya (Netti, 2022). Salah satu bentuknya adalah waria, laki-laki dengan perilaku dan perasaan wanita (KBBI), yang pembentukannya multifaktorial meliputi aspek biologis, psikologis, sosial, budaya, dan pola asuh lingkungan (Febriani dkk., 2025).

Pada abad ke-21, permasalahan transgender, khususnya waria, menjadi sorotan. Perbedaan penampilan seringkali memicu isolasi diri dan pembentukan komunitas khusus di kalangan waria. Penolakan dan diskriminasi, seperti pengucilan, *bullying*, dan perlakuan tidak menyenangkan, menjadikan mereka kelompok yang terpinggirkan, menciptakan kesenjangan sosial dan tekanan signifikan.

Untuk menghadapi tantangan sosial ini, resiliensi atau ketahanan diri menjadi krusial. Resiliensi adalah kemampuan individu untuk beradaptasi dan bangkit dari kesulitan (Faizi & Ichsan, 2023; Pratiwi & Sandiati, 2022). Dalam konteks sosial yang kompleks, resiliensi sangat penting bagi kelompok rentan seperti santri transgender yang kerap menghadapi stigma dan diskriminasi yang mempengaruhi kesehatan mental dan emosional mereka.

Selain resiliensi, *self-care* (perawatan diri) juga merupakan faktor penting. Barlow & Phelan (2007) dalam Fauza dkk. (2022) mendefinisikannya sebagai tindakan untuk menjaga kesejahteraan mental, emosional, fisik, dan spiritual. Praktik *self-care* efektif dapat mengurangi stres, meningkatkan suasana hati, dan memperkuat kemampuan menghadapi tantangan. Bagi santri transgender, *self-care* dapat menjadi strategi vital untuk meningkatkan resiliensi. Meskipun demikian, masih ada keterbatasan pemahaman dan penelitian mengenai interaksi antara resiliensi dan *self-care* di kalangan santri transgender, yang mungkin kurang memiliki akses atau pengetahuan tentang *self-care* yang efektif (Fauza dkk., 2022).

Pondok Pesantren Waria Al Fatah Yogyakarta menjadi wadah penting bagi komunitas waria, dengan visi menciptakan kehidupan yang

bertakwa dan bertanggung jawab, serta misi mendidik santri waria agar memiliki ilmu agama yang kuat dan mampu beradaptasi dengan masyarakat. Berlandaskan fenomena ini, penelitian ini bertujuan menganalisis resiliensi ditinjau dari *self-care* pada santri transgender di Pondok Pesantren Waria Al Fatah Yogyakarta. Dengan memahami hubungan kedua konsep ini, diharapkan dapat ditemukan strategi yang lebih efektif untuk mendukung santri dalam menghadapi tantangan hidup dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan rekomendasi program dukungan yang lebih baik bagi santri transgender, khususnya di Pondok Pesantren Waria Al Fatah Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan fokus pada interpretasi bagaimana individu atau kelompok menafsirkan isu-isu sosial atau kemanusiaan (Creswell, 2015). Sesuai dengan pandangan Strauss dan Corbin (2017), temuan penelitian ini tidak diperoleh melalui prosedur statistik, melainkan melalui teknik pengumpulan data alamiah

seperti wawancara, observasi, dan analisis dokumen. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk secara komprehensif memahami fenomena resiliensi dan *self-care* dalam konteks spesifik santri transgender.

RESULT AND DISCUSSION

Gambaran Umum Pondok Pesantren Waria Al Fatah Yogyakarta

Pondok Pesantren Waria Al Fatah Yogyakarta adalah institusi keagamaan unik yang didirikan pada tahun 2008 untuk menaungi santri waria. Sejarahnya berawal dari respons spiritual komunitas waria terhadap gempa bumi 2006, yang kemudian berkembang menjadi pengajian rutin dan inisiatif pendirian pesantren. Selama 17 tahun, pesantren ini telah mengalami tiga kali pergantian kepemimpinan dan relokasi, kini dipimpin oleh Yuni Shara di Jetis, Yogyakarta. Visinya adalah "Mewujudkan kehidupan waria yang bertaqwa kepada Allah SWT dan bertanggung jawab terhadap diri dan keluarga, serta komunitas/masyarakat/Negara Kesatuan Republik Indonesia," dengan misi mendidik santri agar memiliki ilmu agama yang kuat dan mampu beradaptasi dengan masyarakat. Program kerja pesantren mencakup

pengajaran Al-Qur'an dan Hadist, pengajian rutin, pelatihan, pertemuan bulanan, pengajian Ramadhan, Syawalan, bakti sosial, ziarah, dan pengembangan usaha berbasis ekonomi Islam, menegaskan komitmen pesantren untuk memperdalam spiritualitas dan meningkatkan kualitas diri santri agar diterima masyarakat.

Deskripsi Umum Subjek Penelitian

Penelitian ini melibatkan dua subjek utama, DF dan N, yang merupakan santri aktif di Pondok Pesantren Waria Al Fatah Yogyakarta. **Subjek DF** (39 tahun, Sleman, Yogyakarta, Islam) memiliki riwayat pendidikan formal hingga SMA. Ia bekerja sebagai admin gudang Shopee sejak 2007, sebelumnya sebagai pengamen dan pekerja prostitusi (1980-2007), dan berstatus lajang. DF aktif sebagai sekretaris ponpes dan terlibat dalam magang dengan JKPI. Ia menyadari identitas gendernya berbeda sejak usia 4-5 tahun, memantapkan diri sebagai waria pada usia 19 tahun, dan bergabung dengan ponpes pada 2018. Motivasi utamanya adalah memperdalam agama dan mengatasi diskriminasi ibadah, yang kemudian membuatnya lebih empati dan dekat dengan Tuhan.

Subjek N (45 tahun, Badran, Yogyakarta, Islam) menempuh pendidikan formal hingga SMA dan bekerja sebagai perias, berstatus lajang. Kegiatan sehari-harinya meliputi pulang ke rumah ibu, bersosialisasi, dan

mengasuh keponakan, meskipun ia juga memiliki kos pribadi. N merasakan perbedaan identitas gendernya sejak usia 3-5 tahun, menunjukkan preferensi feminim sejak kecil. Ia memutuskan menjadi waria pada usia 17 tahun, yang diikuti dengan perubahan penampilan fisik. N bergabung dengan ponpes sejak awal didirikan pada 2008, termotivasi oleh keinginan untuk memiliki komunitas dan mengatasi keterbatasan akses ibadah akibat diskriminasi.

Hasil Observasi Subjek Penelitian

Observasi langsung terhadap kedua subjek memberikan gambaran yang lebih detail mengenai manifestasi identitas dan perilaku mereka:

Subjek DF: Secara fisik, DF memiliki tinggi sekitar 160-165 cm dengan berat 65-70 kg, rambut panjang lurus berwarna hitam, dan kulit sawo matang. Penampilannya rapi, mengenakan kaos dan celana panjang, serta membawa tas jinjing yang umumnya digunakan perempuan. Dalam interaksi, DF menunjukkan keramahan, santai, kooperatif, dan mudah beradaptasi. Ekspresi wajahnya ekspresif, dengan intonasi suara yang cenderung berat seperti laki-laki namun gaya bicara seperti perempuan, dan tempo bicara yang cepat. Ia terkadang terlihat serius dalam menjawab pertanyaan dan sempat menangis saat menceritakan masa lalunya. Posisi duduknya bersandar dan terkadang menyerupai posisi duduk

perempuan. DF sangat antusias dan memberikan informasi yang jelas saat diwawancarai di teras ponpes, meskipun ada lalu lalang orang, fokusnya tetap terjaga. Ia cepat merespons pertanyaan, namun akan mengkonfirmasi jika tidak memahami maksud pertanyaan.

Subjek N: Secara fisik, N memiliki tinggi sekitar 165-170 cm dengan berat 60-65 kg, rambut panjang hitam yang diikat ke belakang, dan kulit sawo matang. Penampilannya saat wawancara menggunakan dress dan membawa tas jinjing perempuan. Secara ekspresif, N menunjukkan keramahan, santai, dan mudah beradaptasi. Ekspresi wajah dan intonasi suaranya ekspresif, dengan suara cenderung berat seperti laki-laki namun gaya bicara seperti perempuan, dan tempo bicara yang lambat. Gerakan tubuhnya luwes dan tangan melambai seperti perempuan. Posisi duduknya berdampingan dengan peneliti, terkadang bersandar atau tegak. N kooperatif dan antusias dalam wawancara, menyimak dan memperhatikan peneliti dengan baik. Ia cenderung lambat dalam menjawab namun spontan setelah memahami pertanyaan, dan dalam kesehariannya selalu mengenakan dress layaknya seorang perempuan.

Analisis Data: Tantangan dan Tekanan yang Dihadapi Kedua Subjek

Kedua subjek penelitian menghadapi berbagai tantangan signifikan yang bersumber dari lingkungan sosial terkait identitas gender mereka:

Diskriminasi dan Stigma Sosial:

Subjek DF menceritakan pengalaman perundungan verbal sejak masa sekolah, meskipun tidak mengalami pelecehan seksual. Tantangan ini berlanjut hingga dewasa, terbukti dari kesulitan mendapatkan lapangan pekerjaan yang layak bagi kaum transgender, yang menurutnya membuat banyak temannya terjebak dalam kondisi hidup di jalanan.

Subjek N juga mengalami perundungan sejak masa sekolah dasar, yang saking parahnya hingga ayah N berulang kali harus dipanggil pihak sekolah. Selain perundungan, N juga mengungkapkan kesulitan dalam mencari tempat tinggal atau indekos karena pemilik seringkali mempersulit setelah mengetahui statusnya sebagai waria.

Penolakan dan Ancaman dari Organisasi Masyarakat (Ormas): Kedua subjek, sebagai bagian dari komunitas pesantren, pernah mengalami pengalaman traumatis berupa penggerebekan oleh organisasi masyarakat. Ormas tersebut memaksa kegiatan ibadah dihentikan, mengancam, dan meneror mereka dengan dalih bahwa transgender harus ”kembali ke kodratnya sebagai laki-laki” jika ingin beribadah. Insiden ini menyebabkan kegiatan pondok pesantren vakum selama empat bulan.

Tantangan Internal dan Emosional:

Secara internal, DF merasakan tekanan signifikan saat pertama kali bekerja di lingkungan baru. Sebagai satu-satunya transgender di sana, ia merasa dihakimi dan diasingkan, tidak ada yang mengajaknya berbicara atau bersosialisasi selama jam istirahat.

N mengalami titik terendah ketika dikucilkan dan difitnah oleh teman-temannya di Solo, yang pada saat itu membuatnya merasa sangat sendirian dan tidak memiliki siapa-siapa.

Analisis Data: Resiliensi dan Self-Care Subjek DF

Meskipun menghadapi tekanan berat, subjek DF menunjukkan kemampuan resiliensi dan praktik self-care yang kuat, ditopang oleh berbagai faktor internal dan eksternal:

Regulasi Emosi dan Koping Positif: DF mengelola emosinya dengan melakukan quality time pribadi, seperti menyendiri di kamar, membersihkan kamar, atau menonton film. Ia juga mencari ketenangan dengan mengunjungi alam, seperti di kaki gunung, untuk menghirup udara segar dan ”mengisi ulang” energinya. DF telah belajar untuk tidak terburu-buru dalam mengambil keputusan dan tidak terlalu memperdulikan pandangan negatif orang lain terhadap dirinya.

Dukungan Sosial: DF secara eksplisit menyatakan bahwa dukungan dari teman-teman dan keluarganya memainkan peran yang sangat besar dalam membangun ketangguhannya.

Pengembangan Diri dan Spiritual: Bergabung dengan pondok pesantren memberikan DF kesempatan untuk lebih mendalami ilmu agama dan memperbaiki cara beribadah. Ia merasakan peningkatan empati terhadap orang lain setelah masuk pondok pesantren, bahkan bisa menangis saat melihat penderitaan orang lain di media sosial, serta banyak belajar hal-hal agama yang sebelumnya tidak diketahui. DF juga menunjukkan optimisme dan harapan besar untuk masa depannya, berharap selalu diberi kesehatan, umur panjang, kelancaran aktivitas, dan terus menjadi pribadi yang lebih baik. Ia memiliki impian untuk memiliki rumah dan mewakafkan tanah bagi teman-teman waria yang tidak diterima keluarganya.

Kemampuan Bertahan dalam Lingkungan Menantang: DF mengidentifikasi bahwa praktik self-care memiliki peran yang sangat besar dalam membantunya bertahan di tengah lingkungan sosial yang penuh diskriminasi dan tekanan. Ia menemukan cara untuk melibatkan diri dalam kegiatan yang memberikan rasa nyaman dan aman, seperti meditasi yang ia lakukan seminggu sekali untuk mengontrol energinya.

Penerimaan Diri sebagai Bentuk Ketangguhan: DF mengungkapkan bahwa meskipun pada awalnya ia takut akan penolakan sosial, kini ia dapat menerima dirinya dengan lebih baik berkat penerapan self-care. Perawatan diri yang berfokus pada penerimaan diri dan perbaikan hubungan dengan lingkungan sosial menunjukkan perubahan signifikan dalam sikapnya terhadap tantangan yang dihadapi.

Resiliensi dan Self-Care Subjek N

Subjek N juga menunjukkan kemampuan resiliensi dan praktik self-care yang kuat, didukung oleh faktor-faktor internal dan eksternal:

Regulasi Emosi dan Koping Positif: N mengatasi tekanan dengan berkumpul dan bercerita dengan teman-teman untuk mencari solusi bersama. Ia juga menerapkan introspeksi diri untuk memahami akar masalah dan melakukan perbaikan. Seiring waktu, ia belajar untuk lebih sabar dan tidak lagi reaktif terhadap olokan, bahkan telah mencapai titik di mana ia menerima istilah ”banci” sebagai bagian dari identitasnya.

Dukungan Sosial: N menekankan bahwa dukungan dan penerimaan dari keluarga dan teman-teman merupakan faktor terpenting yang membuatnya tetap optimis hingga saat ini.

Pengembangan Diri dan Spiritual: N merasakan bahwa wawasannya menjadi lebih luas dan ia dapat lebih mendalami agama sejak bergabung dengan pondok pesantren. Ia menunjukkan optimisme dan harapan untuk masa depan, berharap tetap menjadi pribadi yang baik, berguna bagi keluarga, dan terutama agar keponakannya dapat menerima dan mendukungnya hingga masa tua. Baginya, yang terpenting adalah hidup bahagia di masa tua.

Kemampuan Bertahan dalam Lingkungan Menantang: N mengidentifikasi peran self-care sebagai kunci penting untuk bertahan di tengah lingkungan sosial yang penuh diskriminasi dan tekanan. Ia menemukan cara untuk terlibat dalam kegiatan yang memberikan rasa nyaman dan aman, seperti bermain dengan keponakan, nongkrong dan menonton bersama teman-teman, wisata kuliner, dan berenang di pemandian alam. N memandang self-care sangat penting untuk mengatasi stres dan kejenuhan dari rutinitas harian, bahkan ketika pekerjaan itu sesuai dengan harapan dan minatnya.

Penerimaan Diri sebagai Bentuk Ketangguhan: N menggambarkan bagaimana penerimaan terhadap identitas diri membantunya untuk tetap optimis dan kuat dalam menghadapi diskriminasi. Ia mengakui bahwa

pada awalnya sulit untuk mengontrol reaksi terhadap olokan, namun seiring dengan proses pendewasaan, ia menjadi lebih sabar.

Pembahasan: Praktik Self-Care dan Kontribusinya terhadap Resiliensi Santri Transgender

Self-care merupakan praktik fundamental yang esensial untuk menjaga kesehatan fisik dan mental, dipengaruhi oleh beragam faktor seperti budaya, nilai sosial individu atau keluarga, pengetahuan, dan persepsi tentang pentingnya perawatan diri (Muhlisin & Irdawati, 2010). Dalam konteks santri transgender di Pondok Pesantren Waria Al Fatah Yogyakarta, praktik self-care memiliki kontribusi signifikan terhadap resiliensi mereka. Perawatan diri ini tidak hanya mencakup dimensi fisik, tetapi juga aspek psikologis dan sosial yang krusial bagi kesejahteraan emosional mereka. Berdasarkan hasil wawancara, berbagai bentuk self-care yang dilakukan oleh para santri transgender secara efektif memperkuat ketangguhan mereka dalam menghadapi berbagai tantangan hidup.

Pondok pesantren sendiri berperan sebagai sebuah ruang aman yang vital, secara aktif mendukung praktik self-care di antara para santri. Melalui penyediaan konseling dan dukungan psikologis dari pengasuh serta komunitas pondok pesantren, para santri dimungkinkan untuk

merawat kesehatan mental mereka. Hal ini secara langsung berkontribusi pada kemampuan mereka dalam mengelola tekanan sosial yang seringkali datang dari luar komunitas mereka. Selain itu, pondok pesantren juga menawarkan beragam kegiatan sosial yang tidak hanya memperkuat keterampilan sosial, tetapi juga menumbuhkan rasa saling mendukung yang mendalam di antara sesama santri. Praktik self-care yang terwujud dalam aktivitas sosial dan spiritual, seperti sholat berjamaah dan kajian agama, memberikan rasa kedamaian dan keterhubungan sosial yang sangat dibutuhkan oleh para santri transgender dalam menghadapi kerasnya tantangan hidup mereka.

Peran self-care sebagai komponen integral dalam strategi resiliensi subjek sangatlah penting, baik secara fisik, mental, maupun sosial. Subjek DF, misalnya, melakukan self-care melalui meditasi seminggu sekali untuk mengontrol energi, serta menikmati aktivitas di alam yang tenang. Sementara itu, subjek N mendefinisikan self-care sebagai serangkaian aktivitas yang membantunya terhindar dari stres, seperti bermain dengan keponakan, nongkrong dan menonton bersama teman-teman, wisata kuliner, dan berenang di pemandian alam. Bagi N, self-care sangat penting untuk mengatasi kejenuhan dari rutinitas kerja. Bagi kedua subjek, self-care berfungsi sebagai mekanisme adaptif yang memungkinkan mereka mengalihkan pikiran dari tekanan, menemukan

ketenangan, dan memulihkan energi. Praktik ini memampukan mereka untuk melupakan pengalaman negatif dan kembali bangkit dengan lebih baik untuk menghadapi tantangan.

Pembahasan: Bentuk Resiliensi Santri Transgender Ditinjau dari Analisis Self-Care

Resiliensi didefinisikan sebagai proses adaptif yang sukses dalam menghadapi kesulitan, trauma, tragedi, ancaman, atau sumber stres signifikan lainnya, serta merupakan prediktor status kesehatan mental yang secara spesifik menunjukkan harga diri, dukungan sosial yang dirasakan, penanganan emosional yang berorientasi, dan rasa penguasaan pribadi (Chavada dkk., 2021). Dalam konteks santri transgender di Pondok Pesantren Waria Al Fatah Yogyakarta, resiliensi dapat dipahami sebagai kemampuan mereka untuk bangkit kembali dari keterpurukan dan mengatasi berbagai tekanan, baik yang bersifat sosial maupun pribadi. Menurut Dhea Amelya Saputri dkk. (2024), resiliensi adalah aspek krusial dari modal psikologis positif yang dimiliki individu.

Kekuatan mereka dalam menghadapi stigma dan diskriminasi yang datang dari masyarakat luar semakin diperkuat oleh rasa keterhubungan yang mereka temukan di dalam pondok pesantren. Melalui berbagai kegiatan yang mendukung pertumbuhan pribadi dan spiritual, para santri

mampu menghadapi tantangan sosial dengan ketahanan yang lebih baik. Ketangguhan yang secara jelas ditunjukkan oleh subjek N dan DF merupakan hasil langsung dari penerapan beragam bentuk self-care yang memungkinkan mereka untuk tetap tegar dan optimis meskipun dihadapkan pada tantangan hidup yang berat.

KESIMPULAN

Resiliensi pada santri transgender di Pondok Pesantren Waria Al-Fattah Yogyakarta merupakan hasil dari interaksi antara kekuatan internal individu, dukungan sosial dari komunitas dan keluarga, serta praktik *self-care* yang terintegrasi. Mereka menghadapi diskriminasi dan stigma sosial dengan strategi koping adaptif, termasuk regulasi emosi, pencarian dukungan, dan penguatan spiritualitas. *Self-care* berfungsi sebagai mekanisme pertahanan psikologis penting untuk pemulihan energi dan menjaga kesehatan mental. Keberadaan pondok pesantren sebagai ruang aman dan fasilitator dukungan sosial sangat krusial dalam memperkuat ketangguhan mereka. Praktik *self-care* seperti refleksi diri, meditasi, menjaga hubungan sosial, dan berfokus pada kegiatan positif berkontribusi besar terhadap resiliensi, memungkinkan santri untuk menghadapi tantangan dan bangkit dari kesulitan, sehingga mereka dapat bertahan dan berkembang secara emosional dan sosial.

REFERENCES

Jerpan, J., Pranata, S. Y., & Julianto, R. P. (2023). Tinjauan Teologi Tentang Spiritualitas Ekologi Menyahabati Alam Melalui Gereja Toraja Sebagai Respon Krisis Ekologi. *Theos: Jurnal Pendidikan Agama Dan Teologi*, *3*(4), 14-20.

Pakpahan, B. J., & Masseleng, H. S. (2023). Falsafah Tallu Lolona dan Perspektif Teologi Penciptaan Norman Wirzba sebagai Landasan Ekoteologi Kontekstual. *KHARISMATA: Jurnal Teologi Pantekosta*, *6*(1), 149-170.

Patrecia, Y. (2022). Budaya Tallu Lolona Sebagai Dasar Beroikumene Semesta Bagi Masyarakat Toraja. *KAMASEAN: Jurnal Teologi Kristen*, *3*(2), 84-98.

Sapri, S. (2022). Makna Falsafah Budaya Tallu Lolona. *MELO: Jurnal Studi Agama-Agama*, *2*(1), 1-11.

Krisdyanti, N. (2024). Integrasi Keimanan dan Tradisi: Analisis Peran Gereja Toraja dan Tallu Lolona dalam Harmonisasi Budaya dan Agama. *Jurnal Magistra*, *2*(3), 15-20.