

**BIMBINGAN KELOMPOK DALAM PENYESUAIAN DIRI DI
PONDOK PESANTREN AL-FALAH KRUI
PESISIR BARAT**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-
Syarat
Guna Mendapatkan Gelar Sarjana S1 dalam
Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi**

**Oleh:
ETIKA SAPUTRI
NPM: 2041040226**

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam



**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG1
1445 H / 2024 M**

**BIMBINGAN KELOMPOK DALAM PENYESUAIAN DIRI DI
PONDOK PESANTREN AL-FALAH KRUI
PESISIR BARAT**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-
Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana S1 dalam
Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi**



Pembimbing I : Dr. Hj. Rini Setiawati., S.Ag., M.Sos.I
Pembimbing II: M. Husaini,S.T.,M.T

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1445 H / 2024 M**

ABSTRAK

Pondok Pesantren merupakan lembaga pendidikan agama yang mewajibkan santri untuk tinggal di pondok pesantren dan terpisah dari keluarga. Kewajiban tinggal di pondok pesantren menuntut santri untuk menyesuaikan diri terhadap segala aktivitas, budaya dan kebiasaan baru yang ada di lingkungan pesantren. Sama halnya dengan santri baru yang mereka memiliki latar belakang bukan dari pondok pesantren dan baru akan mengikuti kegiatan yang ada di pondok pesantren. Hal ini yang membuat mereka sulit untuk menyesuaikan diri dengan suasana pondok yang penuh dengan peraturannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan kelompok yang ada di pondok pesantren Al-falah Krui Pesisir Barat.

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) yang bersifat deskriptif. Jumlah keseluruhan santri baru sebanyak 90 santri dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Dari 90 santri terdapat 5 orang santri yang sesuai dengan kriteria. Maka yang menjadi sumber data dalam penelitian ini adalah 8 orang. Terdiri dari 1 ustad ketua Pondok Pesantren, 2 pembimbing bimbingan kelompok dan 5 santri baru yang mengikuti bimbingan kelompok di Pondok Pesantren Al-falah Krui. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah Wawancara, Observasi, dan Dokumentasi. Teknik Analisis data pada penelitian ini menggunakan beberapa langkah yaitu. *Data Reducation* (Reduksi Data), *Data Display* (Penyajian Data), dan Penarikan Kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan bimbingan kelompok dalam penyesuaian diri di Pondok Pesantren Al-falah Krui menggunakan 4 tahap yaitu tahap pembukaan, tahap pendekatan emosional, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran. Proses pelaksanaannya dilakukan dengan bertatap muka dan menggunakan metode ceramah atau diskusi kelompok. Pencapaian yang dilakukan pembimbing kelompok dapat dilihat dari perubahan tingkah laku santri baru yang dapat menunjukkan perubahan sebelum mengikuti bimbingan kelompok dan setelah mengikuti bimbingan kelompok. Hasilnya sesuai yang diharapkan dilihat dari perubahan tingkah laku santri yang menjadi aktif serta mampu berinteraksi dengan lingkungan Pondok Pesantren. Hal ini tidak terlepas dari peran pembimbing di Pondok Pesantren sebagai motivator, inspirator, informator dan korektor. Pihak pembimbing Pondok Pesantren Al-falah Krui masih

terus meningkatkan potensi supaya terciptanya santri-santri yang berakhlakul karimah optimis dan percaya diri dengan kemampuannya.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Penyesuaian Diri.



ABSTRACT

Islamic boarding school is a religious education institution that requires students to live in the boarding school and be separated from their families. The obligation to live in the boarding school requires students to adjust to all activities, culture and new habits that exist in the pesantren environment. It is the same with new students who have a background not from boarding school and will only participate in activities in the boarding school. This makes it difficult for them to adjust to the atmosphere of the boarding school which is full of rules. This study aims to determine the implementation of group guidance in the Al-falah Krui boarding school, West Coast.

This type of research is descriptive field research. The total number of new students is 90 students using Purposive Sampling technique. Of the 90 students, there are 5 students who fit the criteria. Then the data sources in this study are 8 people. Consisting of 1 head of the Islamic Boarding School, 2 group guidance counselors and 5 new students who participated in group guidance at Al-falah Krui Islamic Boarding School. The data collection techniques used are Interview, Observation, and Documentation. Data analysis techniques in this study use several steps, namely. Data Reduction, Data Display, and Conclusion Drawing.

The results showed that the implementation of group guidance in self-adjustment at Al-falah Krui Islamic Boarding School used 4 stages, namely the opening stage, the emotional approach stage, the activity stage and the ending stage. The implementation process is carried out face-to-face and uses lecture or group discussion methods. Achievements made by group mentors can be seen from changes in the behavior of new students who can show changes before attending group guidance and after attending group guidance. The results are as expected seen from changes in the behavior of students who become active and able to interact with the Pondok Pesantren environment. This is inseparable from the role of the supervisor at the Islamic Boarding School as a motivator, inspirer, informant and corrector. The supervisor of Al-falah Krui Islamic Boarding School still continues to increase the potential so that the creation of students who are morally optimistic and confident in their abilities.

Keywords: Group Guidance, Personal Adjustment.

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Etika Saputri

Npm : 2041040226

Jurusan / Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul “Bimbingan Kelompok Dalam Penyesuaian Diri Di Pondok Pesantren Al-falah Krui Pesisir Barat” adalah benar-benar hasil karya penulis sendiri, bukan duplikasi ataupun saduran dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam *footnote* atau daftar pustaka apabila dilain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penulis

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan semestinya agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, 22 Februari 2024

Penulis,



Etika Saputri

NPM. 2041040226



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 ☎(0721) 703260

PERSETUJUAN

Judul : **Bimbingan Kelompok Dalam Penyesuaian Diri
di Pondok Pesantren Al-Falah Krui Pesisir Barat**
Nama : **Etika Saputri**
NPM : **2041040226**
Jurusan : **Bimbingan dan Konseling Islam**
Fakultas : **Dakwah dan Ilmu Komunikasi**

MENYETUJUI

Telah dimunaqosahkan dan dipertahankan dalam Sidang
Munaqosah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi
UIN Raden Intan Lampung.

Pembimbing I


Pembimbing II


Dr. Hj. Rini Setiawati., S.Ag., M.Sos.I
NIP. 197209211998032002


M. Husaini,S.T.,M.T
NIP. 197812182009121001

Mengetahui

Ketua Jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam


Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd
NIP. 196909151994032002



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 ☎ (0721) 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul **“Bimbingan Kelompok Dalam Penyesuaian Diri di Pondok Pesantren Al-Falah Krui Pesisir Barat”**, disusun oleh **Etika Saputri**, NPM: **2041040226**, Jurusan: **Bimbingan dan Konseling Islam**, Telah diujikan dalam sidang Munaqasyah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung Pada Hari/Tanggal: **Rabu, 12 Juni 2024.**

TIM PENGUJI

Ketua : **Dr. Mubasit, S.Ag., MM** (.....)

Sekretaris : **Nasrul Efendi, M.Sos.I** (.....)

Penguji I : **Dr. H. Rosidi, M.A.** (.....)

Penguji II : **Dr. Hj. Rini Setiawati, S.Ag., M.Sos.I** (.....)

Penguji Pendamping : **M. Husaini, S.T., M.T.** (.....)

Mengetahui
A.n. Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi



Dr. H. Rosidi, S.Ag., M.Ag
NPM.199600171996031001

MOTTO

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦٦﴾ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ﴿٦٧﴾ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ ﴿٦٨﴾

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari satu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmu lah engkau berharap”

(Q.S. AL-INSYIRAH {94} ayat 6-8)



PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, puji syukur kepada Allah SWT, atas segala rahmat dan hidayah-Nya yang telah memberikan kekuatan, kesehatan, kesabaran untuk penulis dalam menyusun Skripsi ini, dengan segenap kerendahan hati karya sederhana ini penulis dedikasikan sebagai bentuk rasa terimakasih dan bukti cinta kasih sayang penulis kepada:

1. Untuk Kedua Orang Tua Tercintaku Bapak Sulhan Efendi dan Ibu Sri Yani sebagai tanda bukti dan hormat dan rasa terima kasih yang tiada terhingga ku persembahkan karya kecil ini kepada Ibu dan Bapak yang telah memberikan kasih sayang dan segala dukungan, dan cinta kasih yang tiada terhingga yang hanya dapat ku balas dengan selembar kertas ini yang bertuliskan kata cinta dan persembahan. Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat Ibu dan Bapak bahagia, untuk kedua orang tuaku yang paling ku cintai terima kasih atas kepercayaan yang telah diberikan kepada penulis untuk melanjutkan pendidikan kuliah, serta do'a, motivasi, semangat dan nasihat yang tidak hentinya diberikan kepada anaknya dalam penyusunan Skripsi ini. Sehat selalu dan Hiduplah lebih lama lagi Ibu & Bapak Harus selalu ada disetiap perjalanan & pencapaian hidup saya, Iloveyou more more more.
2. Untuk Kedua Adikku, Andika Kurnia dan Adhitya Kurniawan. Terima kasih sudah ikut serta dalam proses penulis menempuh pendidikan selama ini, terima kasih atas semangat, do'a dan cinta yang selalu diberikan kepada penulis. Tumbuhlah menjadi versi paling hebat Adik-adikku.
3. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Efriandi sebagai partner spesial saya, terimakasih telah menjadi sosok pendamping dalam segala hal, telah menjadi rumah yang menemani meluangkan waktunya mendukung maupun menghibur dalam kesedihan mendengar keluh kesah dan memberikan semangat kepada saya.
4. Terakhir, Skripsi ini kupersembahkan untuk diri sendiri Etika Saputri. Karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar

keadaan dan tidak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun proses penyusunan Skripsi ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin. Ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.



RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Etika Saputri yang lahir di Paku Negara Kecamatan Pesisir Selatan Kabupaten Pesisir Barat, pada tanggal 27 April 2001, yang merupakan anak pertama dari tiga bersaudara dari pasangan Bapak Sulhan Efendi dan Ibu Sri Yani.

Penulis mengawali Pendidikan pertama dimulai dari Sekolah Dasar di SD Negeri 03 Biha pada tahun 2007 dan di selesaikan pada tahun 2013. Kemudian melanjutkan ke jenjang Sekolah Madrasah Tsanawiyah Nahdatul Ulama Biha (MTS NU Biha) dan lulus pada tahun 2016. Selanjutnya melanjutkan ke jenjang Sekolah Menengah Atas SMA Negeri 01 Pesisir Selatan dan lulus pada tahun 2019. Pada tahun 2019 penulis memutuskan untuk merantau setahun dan di tahun 2020 penulis meneruskan Pendidikan Perguruan Tinggi di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung mendaftar pada jenjang Stars Satu (S1) jalur

UM-PTKIN serta terdaftar sebagai mahasiswa pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam.

Pada tahun 2023 penulis melakukan Kuliah Kerja Nyata (KKN) selama 40 hari di Desa Sungai Badak Mesuji, kelompok 63 dan beranggotakan 14 orang dari berbagai fakultas dari bulan Juli-Agustus 2023. Penulis mengikuti kegiatan Praktik Kerja Lapangan (PKL) di KUA Enggal pada Oktober-Desember 2023. Penulis menyelesaikan Skripsi sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Sosial pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.

Bandar Lampung, 22 Februari 2024
Penulis

Etika Sapuri
NPM. 2041040226

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillahirobbil' alaamiin. Segala puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat-Nya, Sholawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang kita nantikan syafaatnya di Yaumul Akhir, sehingga saya (Penulis) dapat menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul “Bimbingan Kelompok Dalam Penyesuaian Diri Di Pondok Pesantre Al-falah Krui Pesisir Barat”. Dengan baik walaupun dalam bentuk sederhana.

Tujuan dari penyusunan Skripsi ini untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi syarat-syarat dalam menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Sosial (S.Sos). Selama proses penyusunan Skripsi ini banyak pihak yang telah memberikan bantuan baik berupa dorongan moral, materi, motivasi, tenaga, saran dan pengarahan. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr. H. Abdul Syukur M.Ag selaku Dekan Fakultas Dkwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.
2. Ibu Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN Raden Intan Lampung.
3. Bunda Dr. Hj. Rini Setiawati, S.Ag. M.Sos. I selaku Pembimbingan I, dan Bapak M. Husaini, S.T., M.T selaku Pembimbing II yang telah memberikan motivasi, dorongan, arahnya, serta selalu memberikan bimbingan serta saran dalam menyelesaikan Skripsi ini.
4. Bapak dan Ibu Dosen maupun civitas akademik Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama menuntut ilmu di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.

5. Bapak KH. M. Nurhadi, M.Pd. I selaku Kepala Yayasan Pondok Pesantren Al-falah Krui yang telah memberikan izin untuk peneliti melakukan penelitian.
6. Ustad/Ustadzah Pondok Pesantren Al-falah Krui, penulis mengucapkan banyak-banyak terimakasih senantiasa membantu penulis dalam memberikan informasi dan data-data yang penulis butuhkan demi kelancaran dalam penyelesaian Skripsi ini.
7. Teristimewa kepada Orang Tua Tercintaku yang telah mensupport penulis dari awal hingga akhir kuliah tiada henti memberikan dukungan cinta kasih sayangnya dengan sepenuh hati merawat, membesarkan, memberi pengajaran hidup yang luar biasa dan selalu mendoakanku agar senantiasa dalam jalan-Nya. Semoga Allah SWT memberikan kebaikan dan kebahagiaan untuk Bapak & Ibu di dunia wal akhirat kelak serta keberkahan dalam setiap langkahnya.
8. Kedua Adikku, Andika Kurnia dan Adhitya Kurniawan terimakasih telah memberikan semangat dan dukungan terhadap kakakmu untuk menyelesaikan tugas Skripsi ini.
9. My best partner Efriandi, terimakasih atas segala bantuan, support dan kebaikan yang diberikan kepada penulis serta selalu menemani sehingga penulis bisa menyelesaikan Skripsi ini dengan penuh kebahagiaan.
10. Seluruh teman kampusku dan teman seperjuangan kelas C Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam 2020 yang selalu bersama-sama di dalam proses belajar.
11. Seluruh sahabatku terbaik, Shifa Nadya Salsabila, Firli Putri Gunawan, Sela Dwi Putri, Ema Pitriyana, Leni Yurita, Meri Yanti, Sindi Fatika Sari, Ahlul Baiti Shofia.
12. Almater tercinta UIN Raden Intan Lampung

Penulis menyadari Skripsi ini masih banyak kekurangan, hal ini disebabkan masih terbatasnya ilmu dan teori penelitian yang penulis kuasai. Oleh karena itu, penulis mengharapkan masukan dan kritik yang bersifat membangun untuk Skripsi ini. Semoga jerih payah dan amal Bapak Ibu serta teman-teman mendapat balasan dari Allah

SWT, Aamiin. Akhir kata, semoga Skripsi ini bermanfaat bagi pembaca.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Bandar Lampung, 22 Februari 2024

Penulis

Etika Saputri

NPM. 2041040226



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN	v
HALAMAN PERSETUJUAN	vi
LEMBAR PENGESAHAN	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN	ix
RIWAYAT HIDUP	xi
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR BAGAN	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx

BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah	3
C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
G. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan	8
H. Metode Penelitian.....	11
I. Sistematis Pembahasan	17

BAB II BIMBINGAN KELOMPOK, DAN PENYESUAIAN DIRI

A. Bimbingan Kelompok	19
1. Pengertian Bimbingan Kelompok	19
2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok	22
3. Teknik Bimbingan Kelompok	23
4. Peran Pembimbing Pada Bimbingan Kelompok.....	25
5. Tahapan Penerapan Bimbingan Kelompok.....	26
6. Asas-Asas Layanan Bimbingan Kelompok.....	28
B. Penyesuaian Diri	32
1. Pengertian Penyesuaian Diri	32
2. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri.....	33
3. Bentuk-Bentuk Penyesuaian Diri.....	34

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri	35
5. Karakteristik Penyesuaian Diri	41
6. Penyesuaian Diri Dalam Perspektif Islam.....	43

BAB III PONDOK PESANTREN AL-FALAH KRUI PESISIR BARAT DAN PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Gambaran Umum Pondok Pesantren Al-falah Krui.....	45
1. Sejarah Berdirinya Pondok Pesantren Al-falah Krui	45
2. Profil Pondok Pesantren Al-falah Krui	46
3. Visi dan Misi Pondok Pesantren Al-falah Krui.....	46
4. Struktur Kepengurusan Pondok Pesantren Al-falah Krui	47
5. Tenaga Pengajar Pondok Pesantren Al-falah Krui	48
6. Manajemen Pondok Pesantren Al-falah Krui.....	49
7. Sarana dan Prasarana Pondok Pesantren Al-falah Krui	50
8. Kegiatan Santri Pondok Pesantren Al-falah Krui	51
B. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok di Pondok Pesantren Al-falah Krui.....	53
1. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok.....	53
2. Teknik Bimbingan Kelompok.....	58
3. Peran Pembimbing Pada Bimbingan Kelompok.....	59
C. Hasil Bimbingan Kelompok Di Pondok Pesantren Al-falah Krui.....	61
1. Hasil Bimbingan Kelompok	61

BAB IV BIMBINGAN KELOMPOK DALAM PENYESUAIAN DIRI DI PONDOK PESANTREN AL-FALAH KRUI PESISIR BARAT

A. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dalam Penyesuaian Diri di Pondok Pesantren Al-falah Krui.....	65
---	----

B. Hasil Bimbingan Kelompok Dalam Penyesuaian
Diri di Pondok Pesantren Al-falah Krui 69

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan 71
B. Saran..... 72

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel

1. Daftar Pengajar Pondok Pesantren Al-falah Krui Tahun Ajaran 2020/2025	48
2. Sarana dan Prasarana Pondok Pesantren Al-falah Krui	50
3. Jadwal Kegiatan Santri Pondok Pesantren Al-falah Krui	51



DAFTAR BAGAN

Bagan

1. Struktur Kepengurusan Pondok Pesantren Al-falah Kruui 47



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Pedoman Observasi
Lampiran 2	Pedoman Wawancara
Lampiran 3	Surat Keterangan Judul Skripsi
Lampiran 4	Surat Perubahan Judul Skripsi
Lampiran 5	Surat Izin Penelitian Dari Fakultas
Lampiran 6	Surat Izin Penelitian Dari Pondok Pesantren Al-falah Kru
Lampiran 7	Dokumentasi
Lampiran 8	Hasil Cek Turnitin



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Judul Skripsi ini adalah “Bimbingan Kelompok Dalam Penyesuaian Diri Di Pondok Pesantren Al-falah Krui Pesisir Barat” untuk memudahkan pemahaman pembaca, maka penulis akan menjelaskan istilah masing- masing didalamnya. Istilah- istilah tersebut yaitu:

Bimbingan Kelompok merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk melatih siswa agar berani berbicara mengeluarkan ide- ide dan pendapatnya atas suatu permasalahan yang dibahas di dalam kelompok atau dihadapan orang banyak. Melalui dinamika kelompok, anggota kelompok memperoleh informasi baru atau pahaman tentang topik permasalahan yang dibahas secara luas dan mendalam.¹

Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Bimbingan kelompok di sekolah adalah suatu kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Di dalam bimbingan kelompok terdapat satu ketua kelompok yang memimpin berjalannya kegiatan kelompok dan beranggotakan 10 anggota kelompok.²

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan bantuan yang diberikan oleh pembimbing atau tenaga ahli kepada sekelompok individu secara bersama- sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber yang bermanfaat untuk kehidupan sehari- hari, guna perkembangan diri dan lingkungan.

¹ Dewi Istiqamah, “Kelompok Sebagai Media Psikoedukasi Anti Kriminal di Sekolah”, *Jurnal Al-Qalb*, Jilid 8, Nomor 1 (Maret 2016) : 25, <https://doi.org/10.52657/jfk.7il.1271>

² Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2015), 309.

Penyesuaian diri adalah usaha individu untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan lingkungannya. Penyesuaian diri menurut Scneiders di sebut sebagai adaptasi (*adaptation*) yaitu dapat mempertahankan eksistensinya atau bisa survive dan memperoleh kesejahteraan jasmiyah serta rohaniyah dan dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan sosial.³

Penyesuaian Diri yang dimaksud dalam judul ini adalah kemampuan seorang santri untuk beradaptasi dalam lingkungan baru dimana ia tinggal, dan mengalami perubahan lingkungan dari lingkungan keluarga ke lingkungan pondok pesantren, dimana seorang individu akan berusaha untuk mengatasi tantangan hidupnya agar dapat berjalan secara normal.

Penyesuaian diri dalam bimbingan kelompok ini mencakup tentang cara mengatasi segala permasalahan yang ada pada santri baru. Sehingga santri baru dapat berinteraksi dengan baik dan memiliki sikap yang tenang, optimis dalam menghadapi segala hal tentang dirinya maupun kemampuannya, dan bisa mengembangkan kemampuannya dengan sungguh-sungguh sehingga dapat menjalankan aktivitas pendidikan di dalam Pondok Pesantren dengan baik.

Pondok Pesantren adalah tempat para santri untuk menuntut ilmu dalam lingkungan keagamaan. Memang, beradaptasi dengan lingkungan baru dapat menjadi tantangan tersendiri bagi santri, terutama ketika mereka diharuskan tinggal jauh dari keluarga dan teman-temannya. Pesantren memiliki budaya, rutinitas, dan peraturan uniknya sendiri yang harus diadaptasi oleh siswa, dan ini kadang-kadang bisa menyulitkan siswa. Namun, perlu dicatat bahwa banyak siswa berkembang di Pesantren dan menikmati komunitas yang erat dan lingkungan religius. Tinggal dan belajar di Pondok Pesantren dapat membantu santri mengembangkan keimanannya, membangun hubungan yang kuat dengan teman sebaya dan guru, serta memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang ajaran agama islam.⁴ Pondok Pesantren juga

³ M.Nur Elbrahim, *Layanan Bimbingan Psikologi Remaja*, (Depok. CV Arya Duta, 2011). 90-91

⁴ Abdurrahman Mas'ud, dkk, *Dinamika Pesantren dan Madrasah*,

merupakan pendidikan islam tradisional dimana seluruh santrinya tinggal bersama dan belajar dibawah bimbingan seorang kyai dan asrama para santri tersebut berada dilingkungan pesantren, yang terdiri dari rumah tinggal Kyai, masjid, ruang belajar, mengaji, dan kegiatan-kegiatan keagamaan lainnya. Pondok pesantren disini merupakan sebuah lembaga pendidikan islam yang menjadi tempat tinggal para santriwan dan santriwati dalam menuntut ilmu.

Pondok Pesantren yang dimaksud dalam penelitian ini adalah pondok pesantren Al-Falah Krui yang merupakan sebuah yayasan pendidikan yang bersifat salafiyah dimana santrinya tinggal di pondok/asrama dengan pengajaran Al-Quran dan Kitab- Kitab klasik (Kitab Kuning) serta materi lainnya. Terletak di jalan Pesantren II Pagar Baru, Ps. Krui, Kecamatan Pesisir Tengah, Kabupaten Pesisir Barat, Lampung.

B. Latar Belakang Masalah

Dunia pesantren adalah suatu lembaga pendidikan dan dakwah untuk mempelajari serta mendalami ilmu agama islam. Lembaga dakwah ini telah berkembang dalam kehidupan masyarakat dan memberikan warna seiring berjalannya waktu.⁵Selain itu ia juga dapat diterima secara kultural dan ikut memberikan corak serta nilai kehidupan kepada santri beserta masyarakat. Keberadaan Pondok Pesantren sendiri adalah sebagai pusat pengetahuan dan nilai-nilai yang menjadikan kehidupan di masyarakat menjadi sangat berwarna. Evektivitas pondok pesantren pada dasarnya terbentuk sejak awal keberadaannya untuk menjadi ”*agen of change*” atau agen perubahan.

Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan yang menampung anak-anak untuk belajar di lingkungan tersendiri dan terpisah dari keluarga.

(Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2002), 185

⁵ Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islam Kyai dan Pesantren* (Yogyakarta: Elsaq Press, 2007), 13.

Anak-anak tersebut harus dipisahkan dari lingkungan keluarganya ke lingkungan baru bernama pondok pesantren untuk menimba ilmu khusus-nya ilmu agama.⁶

Kewajiban tinggal di pondok pesantren menuntut santri untuk menyesuaikan diri terhadap segala aktivitas, budaya dan kebiasaan yang ada di lingkungan pesantren. Untuk mewujudkan pondok pesantren yang rukun dan kondusif, pengurus Pondok Pesantren mewajibkan para santri tinggal di Pondok Pesantren untuk mengikuti segala aktivitas dan aturan yang berlaku di dalam Pondok Pesantren.⁷

Permasalahannya santri baru harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Santri yang dimaksud disini adalah santri baru yang tinggal di asrama dan sedang dalam tahap penyesuaian diri selama 40 hari, karena program ini dilaksanakan oleh pimpinan pondok pesantren, maka cara ini cukup berkompeten untuk di terapkan khususnya di pondok pesantren al-falah krui.⁸

Sehingga santri baru yang mengalami penyesuaian diri dapat menyesuaikan diri di lingkungan Pondok Pesantren. Maka setiap santri yang berasal dari berbagai wilayah yang berbeda secara otomatis akan menempati tempat tinggal baru di dalam Pondok Pesantren yang tentunya akan berbeda dengan tempat tinggal sebelumnya dikarenakan mereka juga berlatar belakang bukan dari Pondok Pesantren.

Para santri memerlukan penyesuaian diri mengingat santri baru ini memasuki masa remajanya, sehingga masih dalam tahap pertumbuhan. Sebab pada usia ini remaja banyak mengalami kelainan dan perubahan pada dirinya. Manusia hidup mulai dari dalam kandungan, kemudian melewati masa kanak-kanak, remaja, dewasa dan tua, selalu membutuhkan atau bergantung pada

⁶ Mochammad Said, *Strategi Coping Santri Baru: Studi Kasus di Ponpes Al-amin Mojokerto, Seminar Psikologi & Kemanusiaan*, Psychology Forum UMM ISBN: 978-977-796-324-8206, 2015, 206.

⁷ Meidina Prita Ningrum, Wiwin Hendriani, *Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik Pada Tahun Pertama*”, *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, Vol 02 (03), Desember 2013

⁸ Abah. M. Nurhadi “Wawancara Penyesuaian Diri Santri Di Pondok Pesantren Al-Falah Krui”

7 februari 2024

lingkungan sosialnya.⁹ Penyesuaian diri merupakan dinamika yang bertujuan untuk mengubah perilaku sehingga tercipta hubungan yang lebih tepat antara diri sendiri dan lingkungannya.¹⁰

Sehingga lingkungan saat ini mempunyai dampak besar terhadap perkembangan remaja. Lingkungan sosial mempunyai pengaruh yang besar terhadap perkembangan karakter seseorang, seperti sikap, kepribadian, nilai-nilai sosial dan sikap remaja terhadap orang lain.

Kegiatan di Pondok Pesantren sangat beragam, mulai dari sekolah bahkan kegiatan ekstrakurikuler dan aktivitas lainnya hingga aktivitas umum seperti mengaji, sholat, mencuci pakaian dan lain-lain. Di rumah santri memerlukan bantuan orang tua untuk melakukan hal tersebut, namun di pondok pesantren hal tersebut dilakukan sendiri sehingga santri diharapkan dapat mandiri. Untuk mencapai kemandirian di pondok pesantren seorang santri harus mampu menyesuaikan diri terlebih dahulu dengan kehidupan di pondok pesantren baik secara fisik maupun psikis.

Berdasarkan prasurvey yang dilakukan, peneliti mewawancarai Zulaifa salah satu guru BK di pondok pesantren Al-falah Krui, ia mengatakan masih banyak santri baru yang sulit dalam menyesuaikan diri. Terbatasnya pengalaman santri dalam memecahkan masalah di lihat dari pola komunikasi santri, antara lain banyak santri yang sering mengganggu teman sebayanya, membuat keributan, susah bergaul, sering menyendiri dan lain-lain.¹¹

Selain itu penulis melihat bahwa setiap anggota mempunyai karakter yang berbeda-beda, Maka berdasarkan hal tersebut penulis ingin melakukan penelitian lebih jauh mengenai “Bimbingan Kelompok Dalam Penyesuaian Diri di Pondok Pesantren Al-falah Krui Pesisir Barat”.

⁹ Zakiah Daradjat, *Remaja Harapan dan Tantangan*,(Jakarta: Ruhama,1995), 19-20.

¹⁰ Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*...191.

¹¹ Zulaifa, “Permasalahan yang terjadi pada awal masuk pondok pesantren” Wawancara tanggal 16 Oktober 2023

C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian

1. Fokus penelitian

Fokus penelitian dilakukan supaya penelitian lebih terarah dan terfokus pada area yang spesifik dan tidak menyimpang dari fokus pembahasan. Berdasarkan uraian latar belakang masalah dapat diidentifikasi fokus penelitian yaitu Bimbingan kelompok Pada Santri di Pondok Pesantren Al-falah Krui.

2. Sub fokus penelitian

Kemudian untuk sub fokus penelitian ini peneliti mengfokuskan pada pembahasan tentang Penyesuaian Diri Pada Santri di Pondok Pesantren Al-falah Krui.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di jelaskan di atas, maka yang menjadi rumusan masalah penelitian ini adalah

1. Bagaimana pelaksanaan bimbingan kelompok dalam penyesuaian diri di pondok pesantren Al-falah Krui Pesisir Barat?
2. Bagaimana hasil bimbingan kelompok dalam penyesuaian diri di Pondok Pesantren Al-falah Krui?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dibuat maka dapat diambil tujuan penelitian adalah:

1. Untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan kelompok dalam penyesuaian diri di pondok pesantren Al-falah Krui Pesisir Barat.
2. Untuk mengetahui hasil bimbingan kelompok dalam penyesuaian diri di Pondok Pesantren Al-falah Krui.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam upaya memperkaya kepustakaan sebagai bahan untuk memperluas wawasan dan pengetahuan bagi penulis tentang masalah yang dikaji khususnya pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam.

2. Manfaat Praktis

Sebagai bahan referensi dan masukan kepada seluruh Lembaga Pendidikan khususnya Pondok Pesantren tentang bimbingan kelompok dalam penyesuaian diri bagi seorang santri. Selain itu penelitian ini diharapkan memberi manfaat diantaranya:

a. Bagi Penulis

Menambah wawasan dan pengalaman dalam pembuatan karya ilmiah serta sebagai pengetahuan khususnya mengenai Bimbingan Kelompok Dalam Penyesuaian Diri Di Pondok Pesantren Al-falah Krui.

b. Bagi Santri

Diharapkan para santri juga dapat dijadikan acuan sebagai upaya penanganan penyesuaian diri sehingga dalam proses penyesuaian diri dapat berjalan dengan baik dan jika santri mengalami masalah dapat menyelesaikannya dengan cara yang efektif.

c. Bagi Pengurus

Pondok Pesantren Pengurus diharapkan ikut serta dalam penyesuaian diri seorang santri dan senantiasa memperhatikan perkembangan santri sehingga santri dapat berkembang dengan baik.

d. Bagi Masyarakat Umum

Diharapkan dapat memberikan tambahan informasi untuk memperluas wawasan guna menemukan solusi atau kemungkinan terbaik dalam memecahkan masalah sosial.

G. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Sebelum di lakukan penelitian, penulis terlebih dahulu sudah membaca beberapa penelitian-penelitian terdahulu yang relevan dengan judul yang akan penulis teliti. Penelitian terlebih dahulu ini berfungsi sebagai acuan penelitian yang penulis bahas. Penelitian yang akan di bahas sama seperti penelitian terdahulu namun perbedaannya terletak objek yang akan di teliti serta permasalahan yang ada di wilayah penulis. Penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini adalah:

1. Skripsi dari Rizki Wilukismawati yang berjudul “Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Pada Santri Baru Di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur’an Roudlotus Sholihin Bae Kudus”.¹² Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat penyesuaian diri pada santri baru sebelum mendapatkan bimbingan kelompok PPTQ Roudlotus Sholihin Bae Kudus. Jenis penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif dengan metode penelitian eksperimen desain *One Grup Pretest Posttest*. Hasil penelitian menunjukkan tingkat penyesuaian diri santri baru sebelum mendapatkan bimbingan kelompok dapat dikategorikan rendah(61,4), sedang (67,6), dan tinggi (80,5). Ha diterima berdasarkan pada hasil analisis dan diketahui bahwa nilai t hitung sebesar -12,038. Sedangkan nilai probabilitas atau sig 2 tailed sebesar 0,000 , 0,05. Nilai t tabel dari tabel distribusi t diperoleh nilai t hitung sebesar 2,228 sehingga terdapat perubahan yang signifikan setelah diberikan treatment berupa bimbingan kelompok. Perbedaan penelitian terdahulu dengan skripsi ini yaitu terletak pada jenis penelitian, lokasi penelitian dan informan yang memberikan data.
2. Jurnal oleh Syaban Maghfur yang berjudul “Bimbingan Kelompok Berbasis Islam untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren Al Ishlah Darussalam

¹² Rizki Wilukismawati, “Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Pada Santri Baru Di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur’an Roudlotus Sholihin Bae Kudus”, Program Studi BKI/Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, (Skripsi IAIN KUDUS, 2018) repository.iainkudus.ac.id

Semarang”.¹³ Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui apakah bimbingan kelompok berbasis islam dapat meningkatkan penyesuaian diri santri tingkat awal di pondok Pesantren Al Ishlah Darussalam Semarang. Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan menggunakan desain penelitian Pre Experimental Design dengan jenis *One Group Pre- Test and Post- Test Design*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok berbasis islam dapat meningkatkan penyesuaian diri santri tingkat awal di Pondok Pesantren Al Ishlah Darussalam Semarang berdasarkan perbandingan harga z hitung $4,994 > z$ tabel $1,96$ dengan probabilitas = $0,000, 0,05$. Tingkat penyesuaian diri sebelum bimbingan kelompok berbasis islam sebesar $70,57\%$. Dalam hal ini terjadi kenaikan sebesar $8,53\%$. Perbedaan penelitian terdahulu dengan skripsi ini yaitu terletak pada jenis penelitian, lokasi penelitian dan informan yang memberikan data.

3. Skripsi dari Afni Saputri Harahap yang berjudul “Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa Di SMK Negeri Simangambat Kabupaten Padang Lawas Utara”.¹⁴ Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan bagaimana penyesuaian siswa di SMK Negeri 1 Simangambat Kabupaten Padang Lawas Utara. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam mengembangkan kemampuan penyesuaian diri siswa yang dilakukan dengan pemberian layanan bimbingan kelompok yang diberikan oleh guru BK kepada siswa SMK Negeri 1 Simangambat Kabupaten Padang Lawas Utara

¹³ Syaban Maghfur “Bimbingan Kelompok Berbasis Islam untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren Al Ishlah Darussalam Semarang”. *Junal: Dakwah Dan Komunikasi* 12 (1), 85-104, 2018, ejournal.uinsaizu.ac.id

¹⁴ Afni Saputri Harahap, “Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Penyesuaian Diri Di SMK Negeri 1 Simangambat Kabupaten Padang Lawas Utara.” (Skripsi Uin Sumatera Utara Medan, 2016) repository.uinsu.ac.id

secara sistematis memberikan perubahan positif dan efektif dalam mengurangi penyesuaian diri siswa. Perubahan ini adalah siswa menjadi lebih terbuka untuk beradaptasi dengan teman dan lingkungan sekolah. Perbedaan penelitian terdahulu dengan skripsi ini terletak pada lokasi penelitian, permasalahan penelitian dan informan yang memberikan data.

4. Skripsi dari Anjorta Mutia Purry yang berjudul “Bimbingan Kelompok Untuk Membantu Penyesuaian Diri Anak Asuh Putra Di Panti Asuhan La Tahzan Pondok Pesantren Darul Mushlisin Yogyakarta”.¹⁵

Jenis penelitian ini termasuk dalam penelitian kualitatif. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tahap pelaksanaan bimbingan kelompok yang dilakukan oleh pembimbing untuk membantu penyesuaian diri anak asuh putra di Panti Asuhan La Tahzan Pondok Pesantren Darul Mushlisin Yogyakarta memiliki beberapa tahap, yaitu: tahap pembentukan, tahap peralihan (dalam tahap ini pemimpin menjelaskan peranan tiap anggota agar bimbingan kelompok berjalan baik dan lancar, setelah itu sesi tanya jawab bagi anak asuh yang kurang paham agar siap memasuki tahap selanjutnya dan disambung sesi *ice breaking* guna menghindari kejenuhan anak asuh). Perbedaan penelitian terdahulu dengan skripsi ini terletak pada lokasi penelitian, permasalahan penelitian dan informan yang memberikan data.

5. Jurnal oleh Jasman, Khairatun Fadhillah, Rosdialena yang berjudul “Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri di Asrama”.¹⁶ Tujuan penelitian untuk menguji penyesuaian diri santri di asrama sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan

¹⁵ Anjorta Mutia Purry “Bimbingan Kelompok Untuk Membantu Penyesuaian Diri Anak Asuh Putra Di Panti Asuhan La Tahzan Pondok pesantren Darul Mushlisin Yogyakarta” (Skripsi Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2020) repository digilib.uin-suka.ac.id

¹⁶ Jasman, Khairatun Fadhillah, Rosdialena, “Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri di Asrama” *Jurnal: Penelitian Ilmu Sosial Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat* Vol. 3 (2018).

pendekatan *pre-ekperiment one group pretest-posttest design*. Hasil analisis data terdapat perbedaan antara *pretest* dan *posttest* dengan skor rata-rata penyesuaian diri santri di asrama meningkat setelah mengikuti bimbingan kelompok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan layanan bimbingan kelompok yang diberikan kepada santri terjadi peningkatan. Perbedaan penelitian terdahulu dengan skripsi ini yaitu terletak pada jenis penelitian, lokasi penelitian dan informan yang memberikan data.

H. Metode Penelitian

1. Jenis dan Sifat Penelitian

a. Jenis Penelitian

Jenis Penelitian ini adalah penelitian lapangan (*fieldresearch*) yaitu suatu penelitian yang langsung dilakukan dilapangan atau pada responden.¹⁷ Menurut Hadari Nawawi penelitian lapangan adalah kegiatan penelitian yang dilakukan dilingkungan masyarakat tertentu, baik di lembaga dan organisasi kemasyarakatan maupun lembaga, organisasi kemasyarakatan maupun lembaga pemerintahan.¹⁸

Adapun lokasi penelitian yang dilakukan penulis adalah Pondok Pesantren Al-falah Krui Pesisir Barat.

b. Sifat Penelitian

Dalam penelitian ini penulis menggunakan analisis data yang bersifat kualitatif. Menurut Bogdan dan Biglen analisis data kualitatif dapat diartikan sebagai upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisir data, memilah-milahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mencari dan menawarkan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa

¹⁷ Susiadi, *Metodologi Penelitian*,(Sukarame: Seksi Penerbitan Fakultas Syariah IAIN Raden Intan Lampung 2014). 19

¹⁸ Hadari Nawawi, *Metode Penelitian Bidang Sosial*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 1998) Cet.Ke-VII. 31

yang dapat diceritakan kepada orang lain.¹⁹ Dilihat dari sifatnya penelitian ini bersifat *Deskriptif* yang menggambarkan mengenai situasi atau kejadian-kejadian, sifat populasi atau daerah dengan mencari informasi-informasi faktual justifikasi keadaan, membuat evaluasi sehingga diperoleh gambaran yang jelas.²⁰ Tujuan penelitian *deskriptif* adalah menguraikan atau menggambarkan fenomena yang sistematis, obyektif, dan berdasarkan fakta-fakta mengenai ciri-ciri dan hubungan fenomena-fenomena yang saling berkaitan.²¹

2. Sumber data

Sumber data adalah subyek dari mana data penelitian diperoleh. Sumber data bisa berupa benda, perilaku manusia, tempat, dan sebagainya.

a. Sumber Data Primer

Yaitu data yang diperoleh langsung dari responden atau objek yang diteliti atau ada hubungannya dengan objek yang diteliti. Data tersebut bisa diperoleh langsung dari personal yang diteliti dan dapat pula berasal dari lapangan dalam hal ini, data primer bersumber dari data lapangan hasil wawancara, yang dikumpulkan langsung oleh peneliti dari santri baru yang ada di Pondok Pesantren Al-falah Krui.

Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah pengurus pondok pesantren yang jumlahnya 12 orang pengurus inti ustadz dan ustadzah, serta santri baru sejumlah 90 orang. Yang terdiri dari 50 santri baru putra dan 40 santri baru putri.

¹⁹ Sugiyono *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D...*, 246

²⁰ Marzuki, *Metodologi Riset Panduan Penelitian Bidang Bisnis dan Sosial Ekonomi*, (Yogyakarta: Kampus Fakultas Ekonomi, UII, 2015) Cet. Ke 1. 17

²¹ Nazir 2014: 43 sumber repository.stei.ac.id <http://repository.stei.ac.id/1682/4/bab%203.pdf> di akses pada tanggal 19 november 2023

Dalam penelitian ini, pemilihan informan menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* adalah suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki (tujuan/masalah dalam penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya. Penelitian ini tidak menggunakan seluruh populasi, tetapi menggunakan sampel. Berdasarkan data diatas maka ditetapkan kriteria atau ciri-ciri dari populasi yang dijadikan sampel sebagai berikut:

1. Pemimpin Pondok Pesantren Al-falah Krui
2. Pembimbing kelompok di Pondok Pesantren Al-falah Krui
3. Santri baru yang mengikuti bimbingan kelompok di Pondok Pesantren Al-falah Krui

Penelitian ini didasarkan bahwa ustad tersebut memahami karakteristik dan psikologis santri. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan diatas, maka yang memenuhi syarat untuk dijadikan sampel adalah 1 pemimpin Pondok Pesantren, 2 sebagai pembimbing kelompok dan 5 santri yang tinggal di Pondok Pesantren. Jadi keseluruhan sampel yaitu 8 orang.

b. Sumber Data Sekunder

Yaitu data yang telah lebih dahulu dikumpulkan dan dilaporkan oleh instansi di luar dari peneliti sendiri, data yang akan di dapatkan oleh peneliti dari sumber lain sebagai tambahan informasi yang telah di olah terlebih dahulu. Data sekunder yang di gunakan dalam penelitian ini adalah jurnal, buku, hasil penelitian, internet, dan karya-karya lain yang berkaitan dengan masalah yang akan penulis teliti.

3. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian kualitatif, penulis sekaligus berfungsi sebagai instrumen utama yang terjun kelapangan serta berusaha sendiri mengumpulkan data yang melalui wawancara dan dokumentasi, dan lebih rinci teknik pengumpulan data yang di gunakan dalam penelitian ini adalah:

a. Wawancara

Wawancara adalah suatu proses komunikasi atau interaksi untuk mengumpulkan informasi dengan cara tanya jawab antara peneliti dengan subjek penelitian. Wawancara juga dibagi menjadi tiga jenis yaitu wawancara terstruktur, wawancara semi terstruktur dan wawancara tidak terstruktur. Jenis wawancara yang digunakan penulis yaitu wawancara semi terstruktur, salah satu alasan utama mengapa wawancara semi terstruktur lebih tepat digunakan dalam penelitian kualitatif adalah karena penelitian diberikan kebebasan sebebas-bebasnya dalam bertanya dan memiliki kebebasan dalam mengatur alur dan setting wawancara, peneliti hanya mengandalkan *guideline* wawancara sebagai pedoman penggalan data.²² Teknik ini digunakan untuk mendapatkan data-data bagaimana kegiatan bimbingan kelompok dalam penyesuaian diri di Pondok Pesantren Al-falah Krui.

b. Observasi

Observasi merupakan salah satu yang menjadi unsur penting karena data dari penelitian selain di dapat dari wawancara dan metode pengumpulan data lainnya, data ini di kumpulkan dengan cara terjun langsung ke lapangan untuk melihat kondisi subjek penelitian. Dalam penelitian ini penulis menggunakan penelitian non partisipan, jadi dalam hal ini peneliti datang ditempat kegiatan orang yang akan diamati tetapi tidak ikut terlibat dalam kegiatan tersebut. Observasi yang akan dilakukan oleh penulis

²² Ibid.

yaitu memantau dan melihat keadaan atau kegiatan bimbingan bimbingan kelompok dalam penyesuaian diri di Pondok Pesantren Al-falah Krui dan untuk mengetahui kondisi nyata di lapangan tentang bimbingan kelompok di Pondok Pesantren Al-falah Krui.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumentasi bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen atau data ini di gunakan sebagai data tambahan dan pendukung.

4. Teknik Analisis Data

Analisis data yaitu sebuah proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam suatu pola, kategori, dan suatu uraian dasar sehingga dapat di temukan tema dan dapat di rumuskan hipotesa kerja seperti yang di sarankan oleh data.²³ Analisis data ini sangat berguna untuk menentukan mau di bawa kemana penelitian ini berlanjut. Analisis data yang di gunakan dalam penelitian Bimbingan Kelompok Dalam Penyesuaian Diri Di Pondok Pesantren Al-Falah Krui Pesisir Barat.

Analisis ini lebih berfokus pada proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang di peroleh dari hasil wawancara, catatan wawancara, dan bahan-bahan lain. Hal tersebut bertujuan agar data mudah di pahami, dan temuannya dapat di informasikan kepada orang lain. Analisis data kualitatif di lakukan secara interatif dan berlangsung terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Model interatif ini terdiri dari tiga hal utama, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

a. Reduksi Data (*Data Reduction*)

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting,

²³ M, Iqbal Hasan, *Pokok-Pokok Materi Metodologi Dan Aplikasinya* (Jakarta: Ghalia Indonesia, 2002) 11.

mencari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya jika diperlukan. Reduksi data dapat dibantu dengan peralatan elektronik seperti komputer mini, dengan memberikan kode pada aspek-aspek tertentu.²⁴

Dengan reduksi data, maka peneliti merangkum, mengambil data yang pokok dan penting, data yang tidak penting akan di ilustrasikan dalam bentuk simbol-simbol atau dibuang karena dianggap tidak penting bagi peneliti.

b. Penyajian Data (*Data Display*)

Setelah reduksi di lakukan maka langkah selanjutnya adalah mendisplay data, mendisplay data yang akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah di pahami. Miles dan Huberman, menyatakan dalam penyajian data penelitian kualitatif biasanya bersifat naratif. Dalam tahap ini, peneliti membuat rangkuman secara deskriptif dan sistematis sehingga tema sentral dalam penelitian ini dapat di ketahui dengan mudah.

c. Tahap Verifikasi Data Atau Penarikan Kesimpulan

Verifikasi data penelitian adalah menarik kesimpulan berdasarkan data yang di peroleh dari berbagai sumber kemudian peneliti mengambil kesimpulan yang bersipat sementara dan mencari data pendukung atau menolak kesimpulan. Pada tahap ini, peneliti melakukan pengajian tentang kesimpulan yang telah di ambil dengan data perbandingann teori tertentu. Pengujian ini di maksudkan untuk melihat kebenaran hasil analisis yang melahirkan kesimpulan yang dapat di percaya.²⁵

²⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif*, 1 ed (Bandung : Alfabeta, 2022),

²⁵ ibid

I. Sistematika Pembahasan

Agar lebih mudah dalam penyusunan penelitian dalam skripsi ini, penulis merumuskan sistematika pembahasan “Bimbingan Kelompok Dalam Penyesuaian Diri Di Pondok Pesantren Al-Falah Krui Pesisir Barat.” yang terdiri dari lima bab dan setiap bab terdiri dari sub sub bab yaitu sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini berisi tentang penegasan judul, latar belakang masalah, fokus dan sub fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu yang relevan, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

BAB II LANDASAN TEORI

Bab ini ini berisikan tentang Pengertian Bimbingan Kelompok, Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok, Teknik Bimbingan Kelompok, Peran Pembimbing Pada Bimbingan Kelompok, Tahapan Penerapan Bimbingan Kelompok, Pendekatan Teori Humanistik Pada Bimbingan Kelompok Pengertian Penyesuaian Diri, Aspek-Aspek Penyesuaian Diri, Bentuk Bentuk Penyesuaian Diri, karakteristik penyesuaian diri, Penyesuaian Diri Dalam Perspektif Islam.

BAB III DESKRIPSI PONDOK PESANTREN AL-FALAH KRUI PESISIR BARAT

Bab ini membahas tentang Sejarah Berdirinya Pondok Pesantren Al-falah Krui, Visi dan Misi Pondok Pesantren Al-falah Krui, Struktur Kepengurusan Pondok Pesantren Al-falah Krui, Tenaga pengajar Pondok Pesantren Al-falah Krui, Manajemen Pondok Pesantren Al-falah Krui, Sarana dan Prasarana Pondpk Pesantren Al-falah Krui, Kegiatan Santri Pondok Pesantren Al-falah Krui. Sub bab kedua membahas tentang Pelaksanaan Bimbingan Kelompok di Pondok Pesantren Al-falah Krui, dan sub bab ketiga tentang Hasil Bimbingan Kelompok di Pondok Pesantren Al-falah Krui.

BAB IV BIMBINGAN KELOMPOK DALAM PENYESUAIAN DIRI DI PONDOK PESANTREN AL-FALAH KRUI

Bab ini berisikan mengenai analisis penulis terhadap fakta-fakta dan data-data yang ditemukan dalam penelitian. Peneliti membahas temuan penelitian sebagaimana yang dideskripsikan pada hasil penelitian. Mengenai pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dalam Penyesuaian Diri Di Pondok Pesantren Al-Falah Krui Pesisir Barat dan tentang Hasil Bimbingan Kelompok Dalam Penyesuaian Diri di Pondok Pesantren Al-falah Krui.

BAB V PENUTUP

Bab ini berisikan kesimpulan dari keseluruhan pembahasan penelitian serta saran rekomendasi yang berdasarkan hasil dari kesimpulan tersebut.



BAB II

BIMBINGAN KELOMPOK, DAN PENYESUAIAN DIRI

A. Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Istilah bimbingan berasal dari kata “*guidance*” yang memiliki arti mengarahkan. Shertzer dan Stone mengemukakan bahwa bimbingan adalah, bantuan yang diberikan kepada individu agar dapat memahami diri dan lingkungan. Sunaryo Kartadinata mengartikan bimbingan sebagai “proses membantu individu agar dapat mencapai perkembangan yang optimal”. Sedangkan menurut Miller, bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada seseorang dalam mencapai pemahaman serta pengarahan diri yang dibutuhkan untuk melakukan penyesuaian diri secara maksimal di keluarga, sekolah, serta masyarakat.¹

Mortensen dan Schmuller berpendapat bahwa bimbingan ialah bagian dari program pendidikan keseluruhan yang menyediakan layanan khusus untuk memungkingkan setiap individu mengembangkan keterampilan dan kompetensi mereka dalam menjaga kesehatan mental. Selanjutnya menurut Chiskolm, mengungkapkan bahwasannya bimbingan dilakukan dengan tujuan membantu individu agar dapat lebih mengenali dirinya sendiri.

Abu Ahmadi mengatakan bahwa Bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan dan dukungan kepada individu atau kelompok guna membantu mereka mengembangkan potensinya, mengatasi hambatan, dan mencapai tujuannya. Tujuan bimbingan adalah untuk meningkatkan pertumbuhan, perkembangan, dan kesejahteraan pribadi, dan untuk membantu individu mencapai ke bahagiaan, kesuksesan, dan kepuasan yang lebih

¹ Masdudi, *Bimbingan Dan Konseling Prespektif Sekolah Edisi* : Revisi, (Cirebon: Nurjati Press, 2015), 23.

besar dalam hidup. Lingkungan pesantren, bimbingan dapat mengambil banyak bentuk, termasuk konseling individu, bimbingan kelompok, bimbingan, dan bimbingan spiritual.² Tujuan akhir bimbingan dalam konteks ini adalah untuk membantu siswa mengembangkan rasa iman dan spiritualitas yang kuat, sekaligus membekali mereka dengan pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang mereka butuhkan untuk berhasil dalam kehidupan. Ini mungkin termasuk membantu siswa untuk beradaptasi dengan lingkungan sekolah berasrama, mengembangkan hubungan yang kuat dengan teman sebaya dan mentor, serta mengeksplorasi minat hasrat.

Dari pengertian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwasannya bimbingan adalah proses yang berkesinambungan dan merupakan proses pendampingan yang sistematis. Mewujudkan potensi serta kemampuan beradaptasi di lingkungan, keluarga, sekolah, dan masyarakat. Bimbingan disini lebih ditekankan pada sifat preventif atau pencegahan, yang berarti bantuan kepada individu atau sekelompok orang dengan tujuan mencegah suatu masalah dan memandirikan klien dalam penyelesaian masalah yang akan datang.

Kelompok merupakan sejumlah orang yang berkaitan satu sama lain. Pada awalnya sejumlah individu berkumpul dan membentuk kerumunan, selanjutnya kerumunan itu dapat membentuk menjadi sebuah kelompok apabila didalam kerumunan itu terdapat kualitas tertentu. Misalnya, para penonton sepak bola dalam satu kerumunan membentuk dua kelompok karena saling mendukung kesebelasan masing-masing, yang dimana setiap kelompok memiliki tujuan bersama yaitu kemenangan atas kesebelasan timnas tersebut. Sebuah kelompok dapat terjadi apabila telah terdapat pembagain serta telah diberitahukan kepada mereka terlebih dahulu tentang tujuan yang harus dicapai.³

² Drajat Edy Kurniawan, *Bahan Ajar Mata Kuliah Bimbingan Dan Konseling Kelompok*, (Yogyakarta: Universitas PGRI Yogyakarta, 2018, 2.

³ Henni Syafriana Nasution, dan Abdillah, *Bimbingan Konseling Konsep, Teori dan Aplikasinya*, 5.

Prayitno berpendapat bahwa bimbingan kelompok ialah tentang menggunakan dinamika agar tercapainya tujuan dari bimbingan konseling, bimbingan kelompok lebih berfokus pada upaya untuk membimbing individu melalui sebuah kelompok. Winkel menyatakan bahwa bimbingan ialah proses membantu seseorang dalam memahami diri dan lingkungannya. Dengan demikian bimbingan kelompok adalah tentang proses memahami diri sendiri serta lingkungan sekitar yang dilakukan lebih dari satu orang hingga disebut sebagai kelompok. Jika konseling individu melayani pada satu klien, maka bimbingan kelompok lebih terfokus pada sekelompok orang. Bimbingan kelompok dirancang agar dapat mendorong pertumbuhan dan perkembangan pribadi klien. Bimbingan kelompok membantu individu mengubah diri mereka sendiri dengan memaksimalkan kemampuan mereka untuk memiliki kebiasaan belajar yang efektif. Adiputra mendefinisikan bimbingan kelompok sebagai upaya berupa dukungan kepada individu dalam lingkungan kelompok yang bersifat perkembangan serta bertujuan untuk memberikan kesempatan untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan.⁴

Salah satu ayat tentang bimbingan konseling Islam yang merujuk pada petunjuk dan nasehat terdapat dalam Al-Qur' surat Asr ayat 3 yaitu :

إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا

بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

“Kecuali orang-orang yang beriman dan beramal saleh dan saling menasehati untuk kebenaran dan saling menasehati untuk kesabaran”. (QS. Al-Asr : 3).⁵

⁴ Anis Nuril Laila Sulistyowati, *Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Belajar Siswa*, (Kudus: SMA Negeri 1 Kudus, 2015), 416.

⁵ Al-Qur'an, al-Asr ayat 3, *Bi Rosm Utsamani Terjemah*, (Kudus: CV Mubarakatan Thoyyibah, 2021), 600.

Dalam ayat tersebut di jelaskan bahwa petunjuk dan nasehat sangat di perlu kan bagi manusia terutama bagi santriwan / santriwati di karenakan remaja yang masih labil dan butuh tuntunan dalam hal agama.

Dalam proses bimbingan kelompok terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan yaitu:

- a. Anggota kelompok terdiri dari 4 sampai 12 orang
- b. Homogenitas dalam kelompok dapat berupa jenis kelamin, jenis permasalahan, dan jenis usia.
- c. Kelompok dapat bersifat terbuka yaitu bisa menerima anggota baru dan bisa tertutup tidak memungkinkan untuk menerima anggota baru
- d. Dalam kegiatan layanan, waktu pelaksanaan tergantung pada permasalahan yang sedang dihadapi dalam kelompok tersebut. Umumnya bimbingan kelompok bersifat jangka pendek yaitu antara 4 hingga 8 pertemuan.⁶

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah bantuan kepada beberapa individu yang membentuk satu kelompok, serta memanfaatkan dinamika kelompok dengan tujuan untuk mengenali diri sendiri dan lingkungan.

2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Thohirin, berpendapat bahwa satu tujuan utama dari bimbingan kelompok adalah untuk mempromosikan pengembangan keterampilan sosial dan interpersonal, termasuk kemampuan untuk berkomunikasi secara efektif dengan orang lain. Melalui interaksi dan diskusi kelompok, individu dapat belajar dari satu sama lain, berbagi pengalaman dan perspektif mereka, dan mengembangkan pemahaman yang lebih baik tentang diri mereka sendiri dan

⁶ Anis Nuril Laila Sulistyowati, *Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Belajar Siswa*, 419.

orang lain. Ini dapat mengarah pada pengembangan keterampilan komunikasi dan pemecahan masalah yang lebih efektif, serta kesadaran diri dan kepercayaan diri yang lebih besar.⁷

Sedangkan menurut Prayitno tujuan dari pelaksanaan bimbingan kelompok terbagi dalam dua bagian yaitu, tujuan bimbingan kelompok umum dan khusus. Tujuan bimbingan kelompok umum adalah untuk membantu individu memecahkan masalah melalui proses dinamika kelompok, disamping tujuan umum lainnya yaitu mampu mengembangkan kepribadian setiap anggota kelompok melalui berbagai situasi senang dan sedih. Terdapat juga tujuan bimbingan kelompok yang khusus adalah mendorong individu untuk mengungkapkan pendapatnya dalam kelompok, meningkatkan solidaritas di antara semua anggota kelompok, mengajarkan individu untuk bersikap toleransi terhadap orang lain, membantu individu mengembangkan keterampilan sosial, dan membantu individu memahami dirinya sendiri dalam hubungannya dengan orang lain.⁸

Berdasarkan pada tujuan layanan bimbingan kelompok diatas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok bertujuan membimbing klien untuk meningkatkan hubungan baik dengan diri sendiri maupun orang lain. Penargetan kelompok disini digunakan sebagai cara untuk mengeksploitasi dinamika kelompok.

3. Teknik Bimbingan Kelompok

Teknik bukan merupakan tujuan tetapi sebagai alat untuk mencapai tujuan. Teknik yang bisa digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yaitu:

- a. Teknik umum, dalam teknik ini dilakukan dinamika kelompok secara garis besar teknik-teknik ini meliputi:

⁷ Syifa Nur Fadilah, "*Layanan Bimbingan Kelompok dalam Membentuk Sikap Jujur Melalui Pembiasaan,*" 171.

⁸ Ibid., 170.

- 1) Komunikasi multi arah secara efektif dinamis dan terbuka.
 - 2) Pemberian rangsangan untuk menimbulkan inisiatif dalam pembahasan, diskusi analisis, dan perkembangan argumentasi.
 - 3) Dorongan minimal untuk memantapkan respon dan aktifitas anggota kelompok.
 - 4) Penjelasan, pendalaman dan pembahasan.
 - 5) Pelatihan untuk pembentukan tingkah laku baru yang dikehendaki.
- b. Permainan kelompok, permainan dapat dijadikan sebagai salah satu teknik dalam layanan bimbingan kelompok baik sebagai selingan maupun sebagai wahana yang memuat materi pembinaan atau materi layanan tertentu dan untuk memperkuat jiwa kelompok, memantapkan pembahasan, dan atau relaksasi. Permainan kelompok yang efektif dan dapat dijadikan sebagai teknik dalam layanan bimbingan kelompok harus memenuhi ciri-ciri sebagai berikut:
- 1) Sederhana menggembirakan.
 - 2) Menimbulkan suasana rileks dan tidak melelahkan.
 - 3) Meningkatkan keakraban.
 - 4) Diikuti oleh semua anggota kelompok
- c. Teknik pemberian informasi disebut juga dengan metode ceramah, yaitu pemberian penjelasan oleh seseorang pembicara kepada sekelompok pendengar pelaksanaan teknik pemberian informasi mencakup tiga hal yaitu perencanaan, pelaksanaan, penilaian keuntungan teknik pemberian informasi antara lain adalah:
- 1) Dapat melayani banyak orang.
 - 2) Tidak membutuhkan banyak waktu sehingga efisien.
 - 3) Tidak terlalu banyak memerlukan fasilitas.

4) Mudah dilaksanakan dibandingkan teknik lain.⁹

Dari beberapa teknik diatas, teknik yang digunakan dalam bimbingan kelompok dalam penyesuaian diri di Pondok Pesantren Al-falah Krui adalah teknik pemberian informasi atau biasa disebut dengan metode ceramah.

4. Peran Pembimbing Pada Bimbingan Kelompok

Peran pembimbing merujuk pada fungsi yang harus dijalankan sebagai pembimbing dalam kegiatan bimbingan dan konseling yaitu:

a. Korektor

Sebagai korektor, guru bimbingan dan konseling harus bisa membedakan mana nilai yang baik dan mana nilai yang buruk. Latar belakang kehidupan anak didik yang berbeda-beda sesuai dengan sosiokultural masyarakat di mana anak didik tinggal akan mewarnai kehidupannya.

b. Inspirator

Sebagai Inspirator, guru bimbingan dan konseling harus dapat memberikan ilham bagi kemajuan belajar anak didik. Guru bimbingan dan konseling harus dapat memberikan petunjuk (ilham) bagaimana cara belajar yang baik. Petunjuk itu tidak mesti harus bertolak dari sejumlah teori-teori belajar, dari pengalaman pun bisa dijadikan petunjuk bagaimana cara belajar yang baik.

c. Informator

Sebagai Informator, guru bimbingan dan konseling harus dapat memberikan informasi perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, selain sejumlah bahan pelajaran untuk setiap mata pelajaran yang telah di programkan dalam kurikulum. Informasi yang baik dan efektif diperlukan dari guru bimbingan dan konseling.

⁹ Mamat Supriyatna, *Bimbingan dan Konseling Berbasis Kompetensi*, (Jakarta: Raja Wali Pers, 2013), 173.

d. Motivator

Sebagai Motivator, guru bimbingan dan konseling hendaknya dapat mendorong anak didik agar dapat bergairah dan aktif belajar. Dalam upaya memberikan motivasi, guru dapat menganalisis motif- motif yang melatarbelakangi anak didik malas belajar dan menurun prestasinya di sekolah. Setiap saat guru bimbingan dan konseling harus bertindak sebagai motivator, karena dalam interaksi edukatif tidak mustahil ada diantara anak didik yang malas belajar dan sebagainya.

e. Pembimbing

Sebagai pembimbing, peranan guru yang tidak kalah pentingnya dari semua peran yang telah disebutkan di atas, adalah sebagai pembimbing. Peranan ini harus lebih dipentingkan, karena kehadiran guru bimbingan dan konseling di sekolah adalah untuk membimbing anak didik menjadi manusia dewasa, susila, dan cakap. Tanpa bimbingan anak didik akan mengalami kesulitan dalam menghadapi perkembangan dirinya.¹⁰

5. Tahapan Penerapan Bimbingan Kelompok

Proses pelayanan sangat ditentukan oleh langkah-langkah yang harus dilakukan agar terarah, terpadu dan terfokus. Menurut Prayitno, “Ada empat tahap kepemimpinan kelompok: tahap pembentukan, peralihan, aktivitas dan penyelesaian.”

- a. Tahap Pembentukan Tahap ini adalah tahap awal, tahap keterlibatan diri, atau tahap memasuki kelompok. Pada tahap ini, anggota biasanya memperkenalkan diri satu sama lain dan menyatakan tujuan atau harapan yang akan dicapai oleh masing-masing, sebagian, atau semua anggota. Ini menggambarkan kepemimpinan kelompok, dalam membantu setiap anggota memahami apa artinya dan

¹⁰ Saiful Bahri Djamarah, *Guru dan Anak Didik Dalam Interaksi Edukatif*, cet III (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), 43-46.

mengapa harus dipraktikkan, dan menjelaskan aturan permainan yang berlaku untuk kepemimpinan kelompok ini. Jika masalah muncul selama implementasi, mereka akan mengerti bagaimana cara penyelesaiannya. Prinsip kerahasiaan juga dikomunikasikan kepada semua anggota agar mereka merahasiakan apa yang terjadi pada masing-masing individu.

- b. Tahap Peralihan Tahap kedua adalah “jembatan” antara tahap pertama dan ketiga. Pada tahap ini dapat mencapai jembatan dengan sangat lancar dan mudah. Yang berarti anggota kelompok dapat langsung memasuki kegiatan tahap ketiga dengan penuh motivasi dan kemauan. Dengan kata lain, anggota kelompok menolak memasuki tahap ketiga, yaitu tahap kegiatan kelompok yang sebenarnya. Dalam situasi ini, pemimpin kelompok menggunakan gaya kepemimpinannya untuk mengarahkan anggotanya dengan aman.
- c. Tahap Kegiatan Karena tahap ini merupakan inti dari kegiatan kelompok, terdapat banyak bagian aspek kerjasama, dan pemimpin kelompok perlu memperhatikan masing-masing bagian aspek tersebut. Pemimpin kelompok memiliki banyak hal yang harus dilakukan pada tahap ini. Disini pemimpin kelompok menjadi seorang pengatur kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan sabar dan terbuka, aktif tetapi tenang, mendorong, meneguhkan, dan berempati. Kegiatan ini bertujuan untuk menjelaskan bagaimana merasakan, berpikir dan mengalami masalah. Selain itu, ia mampu melakukan diskusi yang mendalam dan menyeluruh tentang masalah yang diangkat, memungkinkan semua anggota untuk berpartisipasi secara aktif dan dinamis dalam diskusi tentang elemen perilaku dan pikiran maupun perasaan.
- d. Tahap Pengakhiran Pada fase akhir bimbingan kelompok lebih berfokus pada hasil yang akan dicapai oleh kelompok dari pada frekuensi pertemuan kelompok. Mulai dari awal kegiatan kelompok hingga sampai saat ini dan hasil yang

ingin dicapai harus mendorong kelompok untuk melakukan kegiatannya sedemikian rupa sehingga tercapai tujuan bersama sepenuhnya. Dalam hal ini, ada kelompok yang memutuskan sendiri kapan harus berhenti ataupun berkumpul kembali dalam melakukan kegiatan tersebut. Ketika kegiatan kelompok telah mencapai tahap akhir, kegiatan kelompok harus fokus pada diskusi dan mengeksplorasi apakah anggota kelompok dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari dari apa yang mereka pelajari dilingkungan kelompok.¹¹ Dengan adanya tahapan tersebut anggota kelompok diharapkan dapat belajar dalam setiap fasenya, yaitu dapat mengaplikasikannya pada lingkungan sekitar dan menerapkan pada diri sendiri.

6. Asas-Asas Layanan Bimbingan Kelompok

Dalam kegiatan layanan bimbingan dan konseling terdapat banyak asas-asas bimbingan. Penetapan asas-asas bimbingan, akan dapat memperlancar pelaksanaannya dan lebih menjamin keberhasilan kegiatan layanan tersebut. Berikut asas yang terdapat dalam bimbingan konseling:

a. Asas Kerahasiaan

Asas yang menuntun anggota didalam bimbingan konseling untuk merahasiakan data dan informasi klien. Dalam hal ini konselor yang bertindak sebagai pembimbing wajib melindungi dan menyimpan semua data untuk menjamin kerahasiaannya.

b. Asas Kesukarelaan

Asas ini menuntut adanya ketidak terpaksaan klien dalam mengikuti dan menjalani layanan yang diberikan untuknya. Konselor sebagai seorang pembimbing

¹¹ Nurbiah Pohan, "Pelaksanaan Proses Belajar Melalui Bimbingan Aspek Afektif, Kognitif, Dan Psikomotorik Siswa Di Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amal Shaleh Medan", 25.

berkeawajiban untuk mengembangkan kesukarelaan sebagaimana mestinya.

c. Asas Keterbukaan

Asas yang mengharuskan klien untuk bersikap terbuka atau tidak berpura-pura, baik dalam memberikan informasi tentang dirinya sendiri maupun menerima materi dari luar yang berguna untuk pengembangan dirinya karena ia yang menjadi subjek dalam layanan bimbingan konseling.

d. Asas Kegiatan

Asas yang menghendaki supaya klien dalam kegiatan bimbingan konseling mampu untuk berpartisipasi aktif dalam penyelenggaraan layanan tersebut. Konselor sebagai pembimbing perlu untuk memberikan dorongan dan memotivasi klien agar ikut serta aktif disetiap layanan yang diberikan.

e. Asas Kemandirian

Asas yang memiliki tujuan umum dalam bimbingan dan konseling dimana klien sebagai subjek dalam kegiatan layanan ini sehingga diharapkan untuk dapat menjadi individu yang mandiri, memiliki kriteria untuk mengenali diri sendiri dan lingkungannya, bisa mengambil keputusan, mampu mengarahkan serta mewujudkan diri sendiri. Hendaknya konselor dapat mengarahkan layanan bimbingan dan konseling untuk berkembangnya kemandirian konseli.

f. Asas Kekinian

Asas yang menghendaki supaya objek sasaran bimbingan dan konseling yaitu masalah yang dihadapi klien saat ini. Keadaan masa lalu dan masa depan dilihat sebagai dampak yang akan memiliki keterkaitan dengan apa yang ada dan yang diperbuat klien dmasa sekarang ini.

g. Asas Kedinamisan

Asas yang menghendaki supaya dalam layanan bimbingan konseling terhadap klien untuk selalu bergerak maju, dan berkembang serta berlanjut sesuai dengan kebutuhan dan tahap perkembangannya dari waktu ke waktu atau tidak monoton.

h. Asas keterpaduan

Asas layanan bimbingan konseling ini digunakan oleh konselor untuk menunjang keharmonisan dan keterpaduan. Dalam hal ini koordinasi arahan dan saran dari pihak-pihak terkait sangat penting dan harus dilakukan dengan sebaik-baiknya.

i. Asas Kenormatifan

Asas ini menghendaki agar segenap layanan bimbingan konseling didasarkan pada norma-norma, seperti norma agama yang berlaku, hukum, peraturan, budaya, pengetahuan, dan adat istiadat. Dalam layanan ini klien harus bisa meningkatkan kemampuan mereka untuk memahami, menghayati, dan mengamalkan beberapa norma tersebut.

j. Asas Keahlian

Asas yang menghendaki supaya layanan bimbingan konseling harus dilaksanakan menurut prinsip-prinsip profesional. Dalam hal ini, sikap profesionalitas harus dimiliki oleh konselor selaku penyelenggara layanan kegiatan bimbingan konseling.

k. Asas Alih Tangan Kasus

Asas tersebut mengasumsikan bahwa pihak yang tidak mampu memberikan bimbingan dan nasihat yang memadai dan menyeluruh terhadap masalah yang dihadapi klien setidaknya dapat merujuknya kepada ahlinya.

1. Asas Tut Wuri Handayani

Asas yang menghendaki agar layanan bimbingan konseling secara menyeluruh dapat menciptakan suasana protektif (rasa aman), mencontohkan perilaku keteladanan, serta mendorong klien untuk mencari kesempatan yang luas untuk maju dan berkembang.

Dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok ada beberapa asas yang harus ditanamkan dalam diri masing-masing anggota kelompok. Abu Bakar M.luddin mengemukakan bahwa asas yang perlu ada dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok adalah, sukarela, keterbukaan, kerahasiaan, dan kenormatifan. Menurut Sukardi asas yang terdapat dalam bimbingan kelompok yaitu sebagai berikut :

- 1) Asas kerahasiaan, semua anggota kelompok harus menjaga dan merahasiakan informasi apa yang dibicarakan dalam kelompok, terutama hal-hal yang mungkin belum diketahui banyak orang.
- 2) Asas keterbukaan, semua anggota harus terbuka dan bebas dalam berpendapat, ide, atau saran tanpa merasa malu atau ragu.
- 3) Asas kesukarelaan, bahwa semua anggota ikut serta dalam kegiatan tanpa paksaan dari anggota atau ketua kelompok.
- 4) Asas kenormatifan, segala sesuatu yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan standar dan praktik yang berlaku.¹²

Menurut Winkel asas yang terdapat didalam kegiatana layanan bimbingan kelompok yaitu asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukan, kenormatifan, dan asas kekinian. Berdasarkan asas diatas dalam bimbingan kelompok anggota kelompok harus mengetahui serta memegang teguh asas tersebut, karena dengan adanya

¹² M. Deni Siregar, "Kontribusi Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa (Sebuah Studi Persepsi)," 151.

asas-asas tersebut akan menjadikan bimbingan kelompok dapat berjalan dengan baik, tanpa adanya problem antar anggota kelompok.

B. Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri adalah salah satu faktor terpenting dalam kehidupan manusia. Dalam psikologi penyesuaian diri diartikan sebagai suatu hal yang luas dan kompleks yang mencakup semua tanggapan individu terhadap tuntutan lingkungan luar dan orang itu sendiri. Penyesuaian diri menurut Calhoun dipahami sebagai hubungan konstan dengan diri sendiri, yaitu apa yang sudah ada dalam diri.

Sedangkan Pandangan Mappiare tentang penyesuaian diri menekankan pentingnya menyesuaikan diri dengan norma dan harapan kelompok agar dapat diterima dan berintegrasi dengan sukses ke dalam lingkungan kelompok.

Sedangkan menurut Prasetyo E dan Ningtyas, penyesuaian diri merupakan usaha individu untuk menyelaraskan kebutuhannya dengan lingkungan, baik secara aktif maupun pasif, dan merupakan proses pencapaian diri dengan lingkungan, melibatkan respon mental dan perilaku untuk mencapai hubungan yang harmonis. Pada dasarnya adaptasi atau penyesuaian diri melibatkan antara individu dan lingkungannya. Penyesuaian diri adalah proses yang melibatkan respons mental dan perilaku dimana individu mengelola kebutuhan, ketegangan, frustrasi, dan konflik internal mereka untuk menyesuaikan dengan tuntutan dan kebutuhan lingkungan mereka. Ini adalah proses dinamis yang melibatkan interaksi berkelanjutan antara individu dan lingkungan, dan mengharuskan individu untuk melakukan perubahan dalam sikap, keyakinan, dan perilaku mereka agar sesuai dengan lingkungan baru mereka. Penyesuaian yang berhasil membutuhkan keseimbangan antara kebutuhan dan

keinginan individu itu sendiri, dan tuntutan dan harapan lingkungan mereka.¹³

Desmita menjelaskan bahwa penyesuaian diri ialah proses yang mencakup mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil dalam mengatasi kebutuhan dirinya sendiri. Sehingga bisa terwujud keselarasan atau harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan yang ditinggalinya.

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan hidup yang berasal baik dari diri atau lingkungan sosial, agar tercapainya keseimbangan serta dapat terpenuhinya kebutuhan diri dengan baik. Penyesuaian diri pada santri baru adalah adaptasi yang sangat signifikan, karena dapat berpengaruh pada sikap yang positif maupun negatif. Dan semua tergantung pada faktor internal dan faktor eksternal yang ada di lingkungan tersebut.

2. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri

Schneiders menjelaskan tiga aspek penyesuaian diri:

- a. *Adaptation* (Adaptasi), Individu yang mudah beradaptasi memiliki hubungan yang memuaskan dengan lingkungannya. Adaptasi dalam hal ini tidak hanya dijelaskan dalam pengertian fisik, tetapi yang lebih kompleks dan lebih penting adalah timbulnya perbedaan dan keunikan kepribadian individu relatif terhadap lingkungan.¹⁴
- b. *Comformity* (Kesesuaian), artinya seseorang sesuai dengan norma sosial dan hati nurani, dia memiliki sikap yang baik. Dalam maknanya, menyiratkan bahwa individu berada di

¹³ Oki Tri Handono dan Khoiruddin Bashori, "Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Lingkungan Pada Santri Baru," *Empathy 1* . No. 2 (2013): 80.

¹⁴ Muzdalifah M. Rahman, *Stress Dan Penyesuaian Diri Remaja*, (Kudus: STAIN Kudus, 2009). 154.

bawah tekanan untuk menghindari perilaku menyimpang secara moral, sosial dan emosional.

- c. *Mastery* (Penguasaan), Individu yang cakap dan tangguh memiliki kemampuan untuk merencanakan dan mengatur serta merespons secara efektif terhadap masalah apa pun. Dengan kata lain, pengaturan diri adalah cara penguasaan pengembangan diri yang memungkinkan seseorang mengendalikan emosinya dan mengembangkan kebiasaan pengarahan diri.¹⁵

Dari ulasan aspek-aspek diatas sangat berpengaruh dalam proses penyesuaian diri, dimana individu harus dituntut untuk mengenal dan berinteraksi dengan kelompok atau masyarakat di lingkungan yang baru untuk keberlangsungan hidupnya.

3. Bentuk-Bentuk Penyesuaian Diri

Menurut Gunarsa bentuk-bentuk penyesuaian diri itu dapat diklasifikasikan dalam dua kelompok, yaitu:

a. *Adaptive*

Bentuk penyesuaian diri yang *adaptive* sering dikenal dengan istilah adaptasi. Bentuk penyesuaian diri ini lebih bersifat badani. Artinya, perubahan-perubahan dalam proses badani untuk menyesuaikan diri terhadap keadaan lingkungan. Pengertian luas mengenai proses penyesuaian itu terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya, yang dituntut dari individu, tidak hanya mengubah kelakuannya dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan dirinya dari dalam dan keadaan di luar, dalam lingkungan tempat ia hidup, tetapi ia juga dituntut untuk menyesuaikan diri dengan adanya orang lain dan macam-macam kegiatan mereka. Orang yang ingin menjadi anggota dari suatu kelompok, ia berada dalam posisi dituntut untuk menyesuaikan diri dengan kelompok itu.

¹⁵ Ibid., 157.

b. *Adjustive*

Bentuk penyesuaian yang lain, yang tersangkut kehidupan psikis kita, biasanya disebut sebagai bentuk penyesuaian yang *adjustive*. Tersangkutnya kehidupan psikis dalam penyesuaian yang *adjustive* ini, dengan sendirinya penyesuaian ini berhubungan dengan tingkah laku. Tingkah laku manusia sebagian besar dilatar belakangi oleh hal-hal psikis ini, kecuali tingkah laku tertentu dalam bentuk gerakan-gerakan yang sudah menjadi kebiasaan atau gerakan-gerakan refleks. Penyesuaian ini adalah penyesuaian diri tingkah laku terhadap lingkungan yang dalam lingkungan ini terdapat aturan-aturan atau norma-norma. Singkatnya, penyesuaian terhadap norma-norma.¹⁶

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Menurut Schneider Mengemukakan bahwa penyesuaian diri pada remaja dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya:¹⁷

a. Kondisi fisik

Kondisi fisik berpengaruh kuat terhadap proses penyesuaian diri remaja. Aspek-aspek yang berkaitan dengan kondisi fisik yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri remaja adalah:

- 1) *Hereditas* dan konstitusi fisik, Mengidentifikasi pengaruh hereditas (keturunan) terhadap penyesuaian diri, lebih digunakan pendekatan fisik karena hereditas dipandang lebih dekat dan tidak terpisahkan dari mekanisme fisik. Berkembang prinsip umum bahwa semakin dekat kapasitas pribadi, sifat, atau

¹⁶ Latifah Nur Ahyani, Fani Kumalasari “*Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan....*”21

¹⁷ Khoirul Bariyah Hidayat, & M.Farid. “Konsep Diri, Adversity Quotient Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja Khoirul Bariyyah Hidayati.” *Jurnal Psikologi Indonesia* V, no. 2 (2016): 137-440. <http://jurnal.untag-sby.ac.id/indeks.php/persona/article/view/730/659>

kecenderungan berkaitan dengan konstitusi fisik maka akan semakin besar pengaruhnya terhadap penyesuaian diri.

- 2) Sistem utama tubuh, Termasuk ke dalam sistem utama tubuh yang memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri adalah sistem saraf, kelenjar, dan otot. Sistem saraf yang berkembang dengan normal dan sehat merupakan syarat mutlak bagi fungsi-fungsi psikologis agar dapat berfungsi secara maksimal dan yang akhirnya berpengaruh secara baik pula pada penyesuaian diri individu.
- 3) Kesehatan fisik, Penyesuaian diri seseorang akan lebih mudah dilakukan dan dipelihara dalam kondisi fisik yang sehat dari pada yang tidak sehat. Kondisi fisik yang sehat dapat menimbulkan penerimaan diri, percaya diri, harga diri, dan sejenisnya yang akan menjadikan kondisi yang sangat menguntungkan bagi proses penyesuaian diri.

b. Kepribadian

- 1) Kemauan dan kemampuan untuk berubah (*modifiability*), Kemauan dan kemampuan untuk berubah merupakan karakteristik kepribadian yang pengaruhnya sangat menonjol terhadap proses penyesuaian diri. Sebagai suatu proses yang dinamis dan berkelanjutan, penyesuaian diri membutuhkan kecenderungan untuk berubah dalam bentuk kemampuan, perilaku, sikap, dan karakteristik sejenis lainnya. Semakin kaku dan tidak ada kemauan dan kemampuan untuk merespon lingkungan, semakin besar kemungkinannya untuk mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri. Kemauan dan kemampuan itu muncul dan berkembang melalui proses belajar. In dividu yang bersungguh-sungguh belajar untuk dapat

berubah, kemampuan penyesuaian dirinya akan berkembang juga.

- 2) Pengaturan diri (*self regulation*), Pengaturan diri sama pentingnya dengan proses penyesuaian diri dan pemeliharaan stabilitas mental, kemampuan untuk mengatur diri, dan mengarahkan diri. Kemampuan mengatur diri dapat mencegah penyimpangan kepribadian. Kemampuan pengaturan diri dapat mengarahkan kepribadian normal mencapai pengendalian diri dan realisasi diri.
- 3) Realisasi diri (*self realization*), Pengaturan diri mengimplikasikan potensi dan kemampuan ke arah realisasi diri. Proses penyesuaian diri dan pencapaian hasilnya secara bertahap sangat erat hubungannya dengan perkembangan kepribadian. Perkembangan kepribadian berjalan normal sepanjang masa kanak-kanak dan remaja, didalamnya tersirat potensi laten dalam bentuk sikap, tanggung jawab, penghayatan nilai-nilai, penghargaan diri dan lingkungan, serta karakteristik lainnya menuju pembentukan kepribadian dewasa, dari situlah unsur-unsur yang mendasari realisasi diri.
- 4) Intelegensi, Kemampuan pengaturan diri sesungguhnya muncul tergantung pada kualitas dasar lainnya yang penting perannya dalam penyesuaian diri, yaitu kualitas intelegensi. Tidak sedikit baik buruknya penyesuaian diri seseorang ditentukan oleh kapasitas intelektualnya. Intelegensi sangat penting bagi perolehan perkembangan gagasan, prinsip, dan tujuan memainkan peranan penting dalam proses penyesuaian diri.

c. Proses belajar

1) Belajar

Kemampuan belajar merupakan unsur penting dalam penyesuaian diri individu karena pada umumnya respon-respon dan sifat-sifat kepribadian yang diperlukan bagi penyesuaian diri diperoleh dan menyerap ke alam individu melalui proses belajar. Kemauan belajar menjadi sangat penting karena proses belajar akan terjadi dan berlangsung dengan baik dan berkelanjutan manakala individu yang bersangkutan memiliki kemauan yang kuat untuk belajar.

2) Pengalaman

Terdapat dua pengalaman yang mempengaruhi penyesuaian diri, diantaranya adalah pengalaman yang sehat dan pengalaman yang traumatik. Pengalaman yang menyehatkan adalah peristiwa-peristiwa yang dialami oleh individu dan dirasakan menyenangkan, mengasikan, dan bahkan ingin mengulanginya kembali. Pengalaman seperti ini akan dijadikan dasar untuk ditransfer oleh individu ketika harus menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru. Pengalaman traumatik adalah peristiwa-peristiwa yang dialami oleh individu dan dirasakan sebagai sesuatu yang sangat tidak menyenangkan, menyedihkan, dan bahkan menyakitkan sehingga individu tersebut sangat tidak ingin mengulang kembali pengalaman tersebut. Individu yang mengalami pengalaman traumatik akan cenderung ragu-ragu, kurang percaya diri, gampang rendah diri, atau bahkan merasa takut ketika harus menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya.

3) Latihan

Latihan merupakan proses belajar yang diorientasikan kepada perolehan keterampilan atau kebiasaan. Penyesuaian diri sebagai suatu proses yang kompleks yang mencakup di dalamnya proses psikologis dan

sosiologis maka memerlukan latihan yang sungguh-sungguh agar mencapai hasil penyesuaian diri yang baik. Tidak jarang orang yang dulunya memiliki kemampuan penyesuaian diri yang kurang baik dan kaku, tetapi karena melakukan latihan secara sungguh-sungguh, akhirnya lambat laun menjadi baik dalam setiap penyesuaian diri dengan lingkungan baru.

4) Determinasi diri

Sesungguhnya individu itu sendiri harus mampu menentukan dirinya sendiri untuk melakukan proses penyesuaian diri. Ini menjadi penting karena determinasi diri merupakan faktor yang sangat kuat yang digunakan untuk kebaikan atau keburukan, untuk mencapai penyesuaian diri secara tuntas, atau bahkan untuk merusak diri sendiri. Contohnya, perlakuan orang tua dimasa kecil yang menolak kehadiran anaknya akan menyebabkan anak tersebut menganggap dirinya akan ditolak di lingkungan manapun tempat dirinya melakukan penyesuaian diri. Determinasi diri seseorang sebenarnya dapat secara bertahan mengatasi penolakan diri tersebut maupun pengaruh buruk lainnya.

d. Lingkungan

- 1) Lingkungan keluarga, Lingkungan keluarga merupakan lingkungan utama yang sangat penting atau bahkan tidak ada yang lebih penting dalam kaitannya dengan penyesuaian diri individu. Unsur-unsur di dalam keluarga, seperti konsntelasi keluarga, interaksi orang tua dengan anak, interaksi antar anggota keluarga, peran sosial dalam keluarga, karakteristik anggota kelurga, koefisien keluarga, dan gangguan dalam keluarga akan berpengaruh terhadap penyesuaian diri individu anggotanya.
- 2) Lingkungan sekolah, Sebagaimana lingkungan kelurga, lingkungan sekolah juga dapat menjadi

kondisi yang memungkinkan berkembangnya atau terhambatnya proses perkembangan penyesuaian diri. Pada umumnya, sekolah dipandang sebagai media yang sangat berguna untuk mempengaruhi kehidupan dan perkembangan intelektual, sosial, nilai-nilai, sikap, dan moral siswa. Anak-anak SD lebih seringkali menganggap guru sangat disegani, dikagumi, dan dituruti. Tidak jarang anak-anak SD lebih mendengarkan dan menuruti apa yang dikatakan oleh guru dari pada orang tuanya.

- 3) Lingkungan masyarakat, Keluarga dan sekolah berada di dalam lingkungan masyarakat, lingkungan masyarakat juga menjadi faktor yang dapat berpengaruh terhadap perkembangan penyesuaian diri. Konsistensi nilai-nilai, aturan-aturan, norma, moral, dan perilaku masyarakat akan diidentifikasi oleh individu yang berada dalam masyarakat tersebut sehingga akan berpengaruh terhadap proses perkembangan dirinya. Kenyataan menunjukkan bahwa tidak sedikit kecenderungan ke arah penyimpangan perilaku dan kenakalan remaja, sebagai salah satu bentuk penyesuaian diri yang tidak baik, berasal dari pengaruh lingkungan masyarakat.

e. Agama serta budaya

Agama berkaitan dengan faktor budaya. Agama memberikan sumbangan nilai-nilai, keyakinan, praktek praktek yang memberi makna yang sangat mendalam, tujuan serta kestabilan dan keseimbangan hidup individu. Selain agama, budaya juga memberikan faktor yang berpengaruh terhadap kehidupan individu.¹⁸

¹⁸ Ibid., 139

5. Karakteristik Penyesuaian diri

Tidak selamanya individu berhasil dalam melakukan penyesuaian diri, karena kadang kala ada rintangan tertentu yang menyebabkan tidak berhasil melakukan penyesuaian diri. Rintangan tersebut mungkin terdapat dalam dirinya atau mungkin di luar dirinya. Dalam hubungan dengan rintangan tersebut ada individu yang melakukan penyesuaian diri yang salah. Berikut karakteristik penyesuaian diri yang positif dan penyesuaian diri negatif.

Menurut Siswanto dalam mengatakan bahwa terdapat lima karakteristik penyesuaian diri yang baik yaitu:

a. Memiliki persepsi yang akurat terhadap realita

Persepsi orang yang akurat terhadap realita berbeda-beda meskipun realita yang di hadapi adalah sama. Perbedaan persepsi tersebut di pengaruhi oleh pengalaman masing-masing orang yang berbeda dalam menghadapi realita. Orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik memiliki persepsi yang relatif, objektif dalam memahami realita. Persepsi yang objektif ini adalah bagaimana orang mengenali konsekuensi dari tingkah lakunya dan mampu bertindak sesuai dengan konsekuensi tersebut.

b. Kemampuan untuk beradaptasi dengan tekanan stress dan kecemasan

Setiap orang pada dasarnya tidak senang bila menghadapi tekanan dan kecemasan. Umumnya mereka menghindari hal-hal yang menimbulkan tekanan dan kecemasan dan menyenangi pemenuhan kepuasan yang dilakukan dengan segera. Orang yang mampu menyesuaikan diri tidak selalu menghindari munculnya tekanan dan kecemasan. Kadang mereka justru belajar untuk mentoleransi tekanan dan kecemasan yang mereka alami dan mau menunda pemenuhan kepuasan selama itu di perlukan demi mencapai tujuan tertentu yang lebih penting sifatnya.

c. Mempunyai gambaran diri yang positif tentang dirinya

Pandangan individu terhadap dirinya dapat menjadi indikator dari kualitas penyesuaian diri yang dimiliki. Pandangan tersebut mengarah pada apakah individu tersebut melihat adanya konflik yang berkaitan dengan dirinya. Individu yang melihat pertentangan-pertentangan dalam dirinya, dapat menjadikan indikasi kekurangan kemampuan dalam penyesuaian diri. Gambaran diri yang positif juga mencakup apakah individu yang bersangkutan dapat melihat dirinya secara realistis yaitu secara seimbang tahu kekurangan dan kelebihan diri sendiri dan mampu menerimanya sehingga memungkinkan individu untuk dapat merealisasikan potensi yang dimilikinya secara penuh.

d. Kemampuan untuk mengekspresikan perasaannya

Individu dapat menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan memiliki kehidupan emosi yang sehat. Individu tersebut mampu menyadari dan merasakan emosi tersebut. Individu yang memiliki kehidupan emosi yang sehat mampu memberikan reaksi-reaksi emosi yang realistis dan tetap di bawah kontrol sesuai dengan situasi yang dihadapi.

e. Relasi interpersonal baik

Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik mampu mencapai tingkat keintiman yang tepat dalam suatu hubungan sosial. Individu tersebut mampu bertindak berbeda terhadap orang yang berbeda. Karena kedekatan relasi interpersonal antar mereka yang berbeda pula.¹⁹

Kegagalan dalam melakukan penyesuaian diri dapat mengakibatkan individu melakukan hal yang salah. Penyesuaian diri yang salah ditandai dengan berbagai bentuk tingkah laku yang serba salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistis agresif dan sebagainya.

¹⁹ Siswanto. Kesehatan Mental : Cakupan dan perkembangannya, (Yogyakarta: C.V ADIOFFSET 2007)h. 58

6. Penyesuaian Diri Dalam Perspektif Islam

Menurut Djumhana penyesuaian diri dalam Islam adalah kemampuan individu untuk memenuhi norma-norma dan nilai-nilai religius yang berlaku dalam kehidupan lingkungan sosial. Dalam hal ini seseorang dianggap sehat secara psikologis bila mampu memenuhi mengembangkan dirinya sesuai dengan tuntutan orang-orang yang berbeda di lingkungan sekitarnya. Dengan agama memberikan suasana psikologis tertentu dalam mengurangi konflik, cobaan, frustrasi, dan lain sebagainya. Sejalan dengan itu agama khususnya agama Islam, seakan mendapatkan tantangan untuk memberikan kontribusi terhadap penyelesaian dalam berbagai masalah sehingga seseorang menemukan makna hidupnya, karena dihubungkan dengan kehidupan sosial secara menyeluruh. Kemampuan menyesuaikan diri diharapkan akan menimbulkan ketentraman dan kebahagiaan dalam hidup serta terhindar dari rasa cemas, takut, sedih dan konflik batin.²⁰

Pergaulan dapat berwujud sebagai hikmah silaturahmi dalam islam, persahabatan, juga perbuatan saling membantu atau tolong menolong. Pergaulan diperbolehkan dalam islam, Allah tidak melarang hamba hamba Nya untuk saling berinteraksi. Dalam islam pergaulan sudah diatur dengan etika dan berbagai syariat nya.

Pergaulan dalam islam harus sesuatu yang berniat positif, disertai dengan tetap menjaga diri dan kehormatan, serta memberikan manfaat dari pergaulan yang dilakukan tersebut, bukan bertujuan untuk sesuatu yang maksiat seperti memusuhi, pertengkaran, dll yang bertujuan menyakiti orang lain.

Ajaran islam telah menjelaskan bahwa manusia di tuntut untuk menjaga hubungan antar sesama dengan baik hal

²⁰ [Etheses.uin-malang.ac.id/2216/6/08410141_Bab_2.pdf](https://etheses.uin-malang.ac.id/2216/6/08410141_Bab_2.pdf), diakses tanggal 10 juli 2022

ini sesuai dengan firman Allah dalam Al-Qur'an Surah Annisa Ayat 36:

﴿وَأَعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا ۖ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَبِذِي
الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسْكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَالْجَارِ الْجُنُبِ
وَالصَّاحِبِ بِالْجَنبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ لَا
يُحِبُّ مَن كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا﴾

“Dan sembahlah Allah dan janganlah kamu mempersekutukan-Nya dengan sesuatu apa pun. Dan berbuatbaiklah kepada kedua orang tua, karib-kerabat, anak-anak yatim, orang-orang miskin, tetangga dekat dan tetangga jauh, teman sejawat, ibnu sabil dan hamba sahaya yang kamu miliki. Sungguh, Allah tidak menyukai orang yang sombong dan membanggakan diri” (Q.S An-nisa[4]:36)

Melalui ayat di atas sangat jelas bahwa individu dalam kehidupannya di haruskan menjalin hubungan yang baik dengan individu yang lain bukan hanya orang muslim tetapi non muslim pun, dengan melalui proses interaksi ini maka individu akan melakukan penyesuaian diri dengan lingkungannya.²¹

²¹ <https://suaramuslim.net>. Diakses pada tanggal, 10 Juli 2022

DAFTAR PUSTAKA

Sumber Buku

- Al-Qur'an, al-Asr ayat 3, *Bi Rosm Utsamani Terjemah*, (Kudus: CV Mubarakatan Thoyyibah, 2021)
- Abdurrahman Mas'ud, dkk, *Dinamika Pesantren dan Madrasah*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2002)
- Anis Nuril Laila Sulistyowati, *Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Belajar Siswa*, (Kudus: SMA Negeri 1 Kudus, 2015),
- Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*.
- Dewa Ketut, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling Disekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008)
- Drajat Edy Kurniawan, *Bahan Ajar Mata Kuliah Bimbingan Dan Konseling Kelompok*, (Yogyakarta: Universitas PGRI Yogyakarta, 2018)
- Hadari Nawawi, *Metode Penelitian Bidang Sosial*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 1998) Cet.Ke-VII.
- Henni Syafriana Nasution, dan Abdillah, *Bimbingan Konseling Konsep, Teori dan Aplikasinya*, 5.
- Latifah Nur Ahyani, Fani Kumalasari “*Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan*.”
- M, Iqbal Hasan, *Pokok-Pokok Materi Metodologi Dan Aplikasinya* (Jakarta: Ghalia Indonesia, 2002)
- M.Nur Elbrahim, *Layanan Bimbingan Psikologi Remaja*, (Depok. CV Arya Duta, 2011).
- Mamat Supriyatna, *Bimbingan dan Konseling Berbasis Kompetensi*, (Jakarta: Raja Wali Pers, 2013)
- Marzuki, *Metodelogi Riset Panduan Penelitian Bidang Bisnis dan Sosial Ekonomi*, (Yogyakarta: Kampus Fakultas Ekonomi, UII,2015) Cet.Ke 1.

- Mochammad Said, *Strategi Coping Santri Baru: Studi Kasus di Ponpes Al-amin Mojokerto, Seminar Psikologi & Kemanusiaan, Psychology Forum UMM* ISBN: 978-977-796-324-8206, 2015
- Muzdalifah M. Rahman, *Stress Dan Penyesuaian Diri Remaja*, (Kudus: STAIN Kudus, 2009).
- Masdudi, *Bimbingan Dan Konseling Prespektif Sekolah Edisi : Revisi*, (Cirebon: Nurjati Press, 2015),
- Namora Lumongga, *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalm Teori dan Praktik*, (Jakarta): PT Kharisma Utama, 2011)
- Nurbiah Pohan, “*Pelaksanaan Proses Belajar Melalui Bimbingan Aspek Afektif, Kognitif, Dan Psikomotorik Siswa Di Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amal Shaleh Medan*”,
- Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2015)
- Saiful Bahri Djamarah, *Guru dan Anak Didik Dalam Interaksi Edukatif*, cet III (Jakarta: Rineka Cipta, 2010),
- Siswanto, *Kesehatan Mental : Cakupan dan perkembangannya*, (Yogyakarta: C.V ADIOFFSET 2007)
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif*, 1 ed (Bandung : Alfabeta, 2022)
- Susiadi, *Metodologi Penelitian*,(Sukarame:Seksi Penerbitan Fakultas Syariah IAIN Raden Intan Lampung 2014)
- Syifa Nur Fadilah, “*Layanan Bimbingan Kelompok dalam Membentuk Sikap Jujur Melalui Pembiasaan*,”
- Zakiah Daradjat, *Remaja Harapan dan Tantangan*,(Jakarta: Ruhama,1995)

Sumber Jurnal

- Bariyyah Hidayati, Khoirul, and . M Farid. “Konsep Diri, Adversity Quotient Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja.” *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia* 5, no. 02 (2016): 137–44. <https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.730>.

- Handono, Oki Tri, and Khoiruddin Bashori. "HUBUNGAN PENGUATAN Terhadap Disiplin ANAK USIA DINI DI PAUD PEMBINA 1 KOTA BENGKULU (Studi Deskriptif Kuantitatif Di PAUD Pembina 1 Kota Bengkulu)." *Empathy : Jurnal Fakultas Psikologi* 1, no. 2 (2013)
- Istiqamah, Dewi. "Layanan Bimbingan Kelompok Sebagai Media Dalam Psikoedukasi Anti Kriminal Di Sekolah." *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam* 7, no. 1 (2016)
- Jasman, Khairatun Fadhillah, and Rosdialena. "Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri Di Asrama." *Innovative: Journal Of Social Science Research* 3, no. 3 (2018): 4285–98. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/2614>.
- Meidiana Pritaningrum, Wiwin Hendriani. "Penyesuaian Diri Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik Pada Tahun Pertama." *Psikologi Kepribadian Dan Sosial* 02, no. 03 (2013)
- Maghfur, Syaban. "Bimbingan Kelompok Berbasis Islam Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren Al Ishlah Darussalam Semarang." *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi* 12, no. 1 (2018): <https://doi.org/10.24090/komunika.v12i1.1307>.

Sumber Skripsi

- Afni Saputri Harahap, "Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Penyesuaian Diri Di SMK Negeri 1 Simangambat Kabupaten Padang Lawas Utara." (Skripsi Uin Sumatera Utara Medan, 2016) repository.uinsu.ac.id
- Anjorta Mutia Purry "Bimbingan Kelompok Untuk Membantu Penyesuaian Diri Anak Asuh Putra Di Panti Asuhan La Tahzan Pondok pesantren Darul Mushlisin Yogyakarta" (Skripsi Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2020) repository.digilub.uin-suka.ac.id
- Rizki Wilukismawati, "Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Pada Santri Baru Di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Roudlotus Sholihin Bae Kudus", Program Studi BKI/Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, (Skripsi

IAIN KUDUS, 2020) repository.iainkudus.ac.id

Sumber Internet

cuwap-ciyak's. (2013, Februari 26). *Peer Group (Teman Sebaya)*.
<https://cuapfhiieear.blogspot.com/2013/peer-group-teman-sebaya.html>.

D Oktaviana. (2012). *Bab II Kajian Pustaka Penyesuaian Diri*.
<http://etheses.uin-malang.ac.id>.

Nazir 2014: 43 *Metode Penelitian* sumber repository.stei.ac.id
<http://repository.stei.ac.id/1682/4/bab%203.pdf>

Sumber Wawancara

Zulaifa, “Permasalahan yang terjadi pada awal masuk pondok pesantren” *Wawancara* tanggal 16 Oktober 2023

Abah. M. Nurhadi “Wawancara Penyesuaian Diri Santri Di Pondok Pesantren

Al-Falah Krui” 7 februari 2024

Abah M. Nurhadi, Wawancara, Ketua Yayasan Pondok Pesantren Al-falah Krui, Tanggal 7 Februari 2024

Abah M. Nurhadi, Wawancara Pembimbing Pondok Pesantren Al-falah Krui Pada Tanggal 8 Februari 2024.

Nyai Sudarti, Wawancara Pembimbing Kelompok Pondok Pesantren Al-falah Krui, Pada Tanggal 8 Februari 2024.

2 Santi Baru Putra Pondok Pesantren Al-falah Krui, Wawancara 9 Februari 2024

3 Santri Baru Putri Pondok Pesantren Al-falah Krui, Wawancara 10 Februari 2024