



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 3 Nomor 3 Tahun 2023 Page 4285-4298

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri di Asrama

Jasman¹ ✉, Khairatun Fadhillah², Rosdialena³

Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat

Email : rosdialena@gmail.com¹✉

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh permasalahan rendahnya penyesuaian diri santri di asrama Pondok Pesantren Sumatera Thawalib Parabek Bukittinggi. Ketidakmampuan santri dalam menyesuaikan diri menyebabkan santri tertutup, tidak berbaur dengan teman dan lingkungannya. Tujuan penelitian untuk menguji penyesuaian diri santri di asrama sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan pre-eksperiment one group pretest-posttest design. Subjek penelitian 10 orang santri dengan menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan skala likert dan telah diuji validitas dan reliabilitasnya menggunakan uji *Paired Sample Test* (uji-t) dengan menggunakan *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 25. 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.

Kata Kunci: *bimbingan kelompok, penyesuaian diri, santri, asrama*

Abstract

The issues identified in the Sumatra Thawalib Islamic Parabek Bukittinggi boarding school served as the inspiration for this study. Due to their failure to adapt, the students were isolated, did not want to socialize and environment. The study's goal was to compare how well students adapted to living in the dorm before and after. The type of research used is experimental quantitative, with a pre-experimental one-group pretest-posttest design method. The research location is at the Sumatra Thawalib Islamic Boarding School, Parabek, Bukittinggi. The research subjects were 10 students of class VII Madrasah Tsanawiyah who had low self-adjustment by using purposive sampling technique. The research instrument uses a Likert scale and has tested its validity and reliability using the Paired Sample Test (t-test) using Statistical Product and Service Solution (SPSS) version 25. The results of the data analysis there are differences in the pretest and posttest with scores and the average adjustment of students in the dormitory increased after attending group guidance services.

Keywords: group guidance, self-adjustment, students, dormitories

PENDAHULUAN

Penyesuaian diri merupakan sebuah keadaan yang harus diciptakan oleh setiap individu untuk diri dan lingkungannya. Penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam beradaptasi dengan lingkungannya, untuk menghadapi perubahan dalam hidupnya. Penyesuaian diri adalah usaha jalinan sosial dan pelajaran sikap baru individu terhadap lingkungannya dalam menghadapi keadaan baru yang dirasakannya, mencakup kesiapan mental dan tingkah laku untuk memperoleh kenyamanan dalam sebuah lingkungan (Sitorus, 2019). Santri kelas VII tsanawiyah adalah remaja yang sedang menjalani proses perkembangan menuju kedewasaan dan kemandirian baik secara pribadi maupun sosial (Kasna & Muharam, 2020). Santri yang menghadapi perubahan tersebut akan membutuhkan jiwa dan mental yang tangguh untuk menyesuaikan dirinya sebagai bentuk tuntutan yang harus dikuasainya (Risnawati & Salahudin, 2022).

Penyesuaian diri adalah sebuah proses yang terdiri dari respons mental dan perilaku, dimana santri berusaha untuk menyelesaikan semua kebutuhan dalam dirinya secara berhasil, sehingga terwujud tingkat keselarasan yang diinginkan oleh tempat tinggalnya (Margareta et al., 2022). Santri harus mampu menyesuaikan diri dengan semua peraturan, fasilitas dan sarana prasarana yang ada di asrama dan semua itu merupakan sebuah tuntutan untuk santri (Suryadi & Usman, 2018). Kemampuan para santri dalam mengatasi berbagai penyesuaian diri berbeda-beda, tergantung tingkat kesadaran diri santri dalam memahami lingkungannya. Penyesuaian diri merupakan hal penting bagi santri saat berpartisipasi dalam masyarakat luas, menciptakan kesehatan jiwa dan mental yang baik. Penyesuaian diri dirasakan oleh setiap

individu, termasuk santri kelas VII tsanawiyah yang baru masuk ke pondok pesantren dan tinggal di asrama. Santri baru yang tinggal di asrama mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan barunya, karena suasana dan peraturan yang ada di pesantren jauh berbeda dengan lingkungan di rumahnya. Hal ini menyebabkan santri lebih cenderung diam, menutup diri dan sulit bersosialisasi. Santri adalah orang yang belajar dan memahami ajaran Islam yang berguru ketempat jauh seperti pesantren (KBBI, 2016).

Lingkungan asrama Pondok Pesantren Sumatera Thawalib Parabek Bukittinggi terletak di dalam pekarangan sekolah. Penyesuaian diri santri sangat berperan penting dalam menentukan lingkungannya. Kegiatan sehari-hari yang dilakukan santri di asrama seperti tadarus, goro, mengulang pelajaran, merajut, olahraga, memasak bersama, jalan pagi di hari libur, dan disiplin dalam mengerjakan kegiatan sehari-hari sesuai dengan peraturan yang ada. Santri yang tinggal di asrama memiliki penyesuaian diri yang berbeda-beda. Santri juga dituntut untuk mematuhi segala aturan yang berlaku di asrama, dan mengikuti kegiatan-kegiatan yang telah ditentukan oleh pihak asrama.

Berdasarkan observasi di lapangan, ditemukan kurangnya penyesuaian diri santri yang tinggal di asrama, disebabkan karena lingkungan sosial yang kurang baik, sulit menerima dan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Penyesuaian diri yang rendah menyebabkan santri tersebut tidak mampu bersosialisasi dengan baik dengan lingkungannya. Suasana dan peraturan pesantren yang jauh berbeda dengan lingkungan rumah para santri yang menuntut mereka untuk mampu menyesuaikan diri, terlebih lagi bagi para santri baru kelas VII Madrasah Tsanawiyah. Ketidakkampuan penyesuaian diri yang dilakukan santri membuat santri tertutup, tidak mau berbaur, dan tidak mau mengikuti kegiatan yang ada di asrama. Berkaitan dengan permasalahan yang dihadapi santri tersebut, perlu dilakukan upaya untuk membangun penyesuaian diri, dengan mengadakan kegiatan yang memanfaatkan layanan bimbingan kelompok.

Penyesuaian diri adalah usaha interaksi oleh seseorang terhadap lingkungan sekitar, mencakup kesiapan mental, tingkah laku, untuk memperoleh keharmonisan dan kenyamanan di sebuah lingkungan (Sitorus, 2019). Penyesuaian diri yaitu kegoncangan dan perubahan diri yang dialami oleh remaja, sehingga tidak sedikit remaja tingkat awal yang gagal dalam menyesuaikan diri dalam lingkungan barunya (Santrock, 2008). Aspek-aspek dalam penyesuaian diri yaitu penyesuaian diri pribadi (penyesuaian diri fisik dan emosi, penyesuaian diri seksual, penyesuaian diri moral dan religius) sedangkan penyesuaian sosial (penyesuaian diri terhadap rumah tangga dan keluarga, penyesuaian diri terhadap sekolah, penyesuaian diri terhadap masyarakat).

Pada usia remaja perpindahan dari masa SD ke MTs merupakan fase penting dalam

pertumbuhan individu, hal ini menjadi perhatian yang menarik bagi para ahli perkembangan (Marimbun et al., 2022). Santri MTs merupakan usia remaja yang sedang mengalami proses perkembangan ke arah kematangan dan kemandirian baik secara pribadi maupun sosial (Kasna & Muharam, 2020). Ketika menghadapi perubahan tersebut santri membutuhkan kesanggupan jiwa dan mental untuk menyesuaikan dirinya sebagai bentuk tuntutan tugas perkembangan yang harus dikuasainya (Risnawati & Salahudin, 2022).

Santri baru yang tinggal di asrama sulit untuk menerima dan beradaptasi dengan lingkungannya, sehingga lebih cenderung diam, menutup diri, sulit bersosialisasi dan tidak bisa mengontrol emosinya. Penyesuaian diri sangat penting dalam kehidupan setiap individu, baik dengan lingkungannya maupun dengan orang-orang sekitarnya. Dalam Islam bersosialisasi sangat penting, karena dapat menumbuhkan persaudaraan yang baik, tanpa ada membedakan sesuatu pun. Seperti terkandung dalam surat al-Hujurat ayat 13:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ.

Artinya: *Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia di antara kamu disisi Allah ialah orang yang paling takwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal (Qs.al-Hujurat : 13)*

Merujuk dalam tafsir Jalalain bahwa persaudaraan dalam Islam berlaku untuk seluruh manusia tanpa membedakan bangsa, warna kulit, kekayaan dan lain-lain (Al-Mahalli & As-Suyuti, 2006). Penyesuaian diri yang baik dapat mempermudah santri untuk bersosialisasi dengan lingkungan dimanapun berada. Hal ini dapat membuat santri memandang dengan positif, tidak membedakan sesuatu pun dan tanpa ada rasa keraguan atas penolakan dirinya. Bimbingan kelompok adalah kegiatan di mana anggota kelompok meningkatkan penerimaan diri orang lain, memberikan dukungan alternatif untuk ide-ide, lingkungan, pemecahan masalah dan memberikan kesempatan untuk pengambilan keputusan yang baik (Aisyah, 2020). Layanan bimbingan kelompok membantu santri memahami dan meningkatkan penyesuaian diri di asrama dengan berdiskusi dan memahami pentingnya penyesuaian diri dimanapun berada (Dewita et al., 2021). Bimbingan kelompok dipilih karena memungkinkan semua individu bisa berperan lebih aktif, sehingga terjadi dinamika kelompok karena memungkinkan terjadi pertukaran pikiran, pengalaman dan memahami pendapat teman (Maiseptian et al., 2022). Santri kelas VII tsanawiyah masih malu-malu dalam berpendapat, mengemukakan ide

dan saran, sehingga perlu dilakukannya bimbingan kelompok. Bagi santri yang mengalami penyesuaian diri rendah harus diberikan layanan konseling yang sesuai untuk kebutuhan santri dengan kondisi lingkungan santri berinteraksi (Marimbun et al., 2017).

Bimbingan kelompok diperlukan agar santri bisa bebas dan terbuka untuk menyampaikan apa yang dirasakan dalam penyesuaian dirinya. Layanan konseling yang diberikan berbasis Islam, dengan memasukkan unsur-unsur ke-Islaman seperti bermusyawarah. Bermusyawarah memberikan kesempatan untuk mengemukakan pendapat secara bebas. Setelah musyawarah dilakukan, dianjurkan untuk bertawakkal kepada Allah SWT atas hasil yang dicapai. Begitupun dalam bimbingan kelompok, diperlukan untuk bermusyawarah (diskusi) untuk mengentaskan permasalahan secara tepat. Musyawarah merupakan bagian dari ibadah yang bisa mendekatkan diri kepada Allah. Melakukan musyawarah akan menghasilkan sebuah keputusan yang matang dan tidak tegesa-gesa. Bermusyawarah memberikan kesempatan untuk mengutarakan pendapat dengan leluasa. Setelah musyawarah, dianjurkan untuk memasrahkan hasil keputusan kepada Allah SWT dan bertawakkal atas hasil yang dicapai bersama-sama. Begitu juga dalam bimbingan kelompok diperlukan untuk bermusyawarah atau bisa disebut diskusi sehingga bisa mengentaskan masalah yang dirasakannya.

Santri yang tinggal di lingkungan asrama, menjadi tempat utama dalam mengadakan penyesuaian diri. Keberadaan santri di asrama khususnya kelas VII Madrasah Tsanawiyah Pondok Pesantren Sumatera Thawalib Parabek Bukittinggi, banyak yang mengalami kesulitan untuk beradaptasi dengan teman-teman dan lingkungannya, karena baru berpisah dengan orangtua dan terikat dengan berbagai peraturan yang ada di lingkungan asrama. Santri yang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok secara langsung berlatih dalam berbicara, menanggapi, mendengarkan dan bertenggang rasa. Kegiatan ini sebagai pengembangan diri dalam rangka berinteraksi secara positif dan efektif. Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, santri secara bersama-sama dengan anggota kelompok membahas topik-topik mengenai cara meningkatkan penyesuaian diri. Berdasarkan gambaran dari latar belakang di atas, maka penelitian ini diberi judul layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri santri di asrama Pondok Pesantren Sumatera Thawalib Parabek Bukittinggi.

Layanan bimbingan kelompok memiliki duaitujuan yaitu (1) tujuan umum, berkembangnyaisosialisasi santri dalam berkomunikasi dan bersosialisasi dengan sesama anggota. (2) tujuan khusus, untuk mengembangkan perasaan, persepsi, wawasan dan sikap tentang prilaku (Prayitno, 1999). Selanjutnya secara khusus tujuan penelitianini adalah untuk membandingkan penyesuaian diri santri di asrama sebelum danisesudah diberikanilayanan bimbingan kelompok. Hipotesis adalah dugaan sementara, yang dibuktikan keshahihannya

melalui penelitian ilmiah. Hipotesis adalah jawaban dari sebuah pertanyaan (Muri, 2014). Hipotesis penelitian ini adalah adanya perbedaan penyesuaian diri santri di asrama sebelum dan sesudah di berikan layanan bimbingan kelompok.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk menguji hipotesa dari data-data yang telah dikumpulkan sesuai dengan konsep dan teori sebelumnya. Penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/ statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2013). Metode ini disebut metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif eksperimen.

Desain penelitian ini adalah pre-eksperimental. Penelitian eksperimen merupakan studi dimana seorang peneliti memnipulasi dua atau lebih variabel, ini adalah studi yang berusaha untuk membangun hubungan sebab akibat kelompok eksperimen (Maiseptian et al., 2017). Jenis metode eksperimen yang digunakan adalah *one-group pretest-posttest design* berarti eksperimen hanya menggunakan satu kelompok desain (Muri, 2014). Subjek penelitian adalah santri kelas VII Madrasah Tsanawiyah Pondok Pesantren Sumatera Thawalib Parabek Bukittinggi. Pemilihan topik dalam penelitian ini didasarkan pada teknik sampling yang ditargetkan. Purposive sampling adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016). Berikut kisi-kisi instrumen dari penyesuaian diri yang digunakan dalam pengumpulan data:

Variable	Sub Variable	Indikator
Penyesuaian diri	1. Penyesuaian diri pribadi	1. Penyesuaian diri fisik
		2. Penyesuaian diri emosi
		3. Penyesuaian diri seksual
		4. Penyesuaian diri moral
		5. Penyesuaian diri religius
	2. Penyesuaian diri sosial	1. Penyesuaian diri terhadap keluarga
		2. Penyesuaian diri di sekolah

		3. Penyesuaian diri terhadap masyarakat
--	--	---

Tabel. 1 Hasil *Pretest* Penyesuaian Diri

Responden	Skor	Kategori	Responden	Skor	Kategori
IAM	167	Sangat Tinggi	FMA	150	Tinggi
NNA	165	Sangat Tinggi	KR	148	Tinggi
NAL	165	Sangat Tinggi	AF	147	Tinggi
LIA	163	Sangat Tinggi	NSV	147	Tinggi
RTP	163	Sangat Tinggi	MPA	146	Tinggi
FSB	162	Sangat Tinggi	ZR	146	Tinggi
JKP	159	Tinggi	MFK	144	Tinggi
IR	158	Tinggi	RAR	134	Sedang
FQS	157	Tinggi	GW	135	Sedang
TAL	157	Tinggi	MM	135	Sedang
IEP	155	Tinggi	RZ	134	Sedang
APR	153	Tinggi	FA	133	Sedang
LSA	152	Tinggi	RAHD	129	Sedang
NTA	152	Tinggi	ASN	122	Sedang
ARA	150	Tinggi	LKP	104	Rendah

Berdasarkan hasil *pretest* penyesuaian diri santri di asrama dengan jumlah responden 30 santri, terdapat satu santri dalam kategori rendah dengan skor 104, tujuh santri dalam kategori sedang dengan skor 122-136, enam belas santri berada pada kategori tinggi dengan skor 144-159, dan enam santri berada pada kategori sangat tinggi dengan skor 162-167.

Dari 30 santri yang sudah diberikan *pretest* dipilih 10 santri yang memiliki penyesuaian diri terendah, maka diperoleh satu orang santri berada pada kategori rendah dengan rata-rata 52%, berada pada kategori sedang sebanyak lima santri dengan rata-rata 61-67,5%, dan sebanyak empat santri berada pada kategori tinggi dengan rata-rata 72-77,5%.

Tabel. 2 Hasil *Posttest* Penyesuaian diri

Responden	Skor	%	Interval
IEP	164	82	Sangat Tinggi
MPA	157	78.5	Tinggi
ZR	150	75	Tinggi
MFK	156	78	Tinggi

RAR	136	68	Sedang
GW	167	83.5	Sangat Tinggi
RZ	142	71	Tinggi
FA	158	79	Tinggi
ASN	148	74	Tinggi
LKP	141	70.5	Tinggi
Rata-rata	1517	75.85	Tinggi

Tabel. 2 di atas menunjukkan data setelah dilakukan *posttest* penyesuaian diri santri mengalami peningkatan yang signifikan, diantaranya dua responden berada pada kategori sangat tinggi (82-83,5%), tujuh responden berada pada kategori tinggi (70,5-78,5%) dan satu responden berada pada kategori sedang (68%). Terjadinya peningkatan penyesuaian diri santri ini tidak lepas dari diberikannya perlakuan dalam bentuk bimbingan kelompok, sehingga berdampak pada perubahan sikap dan perilaku santri ketika berada di asrama.

Pengukuran variabel menggunakan skala Likert teknik pengumpulan data menggunakan angket, kemudian data diperoleh dan dianalisis menggunakan *Paired Samples Test* (uji-t). Hasil hipotesis menunjukkan bahwa Mean -16,2000, Std. Deviation 5,959, Std. Error Mean 1,884, Lower -20,4629, Upper -11,937, t -8,597 sedangkan df 9 dan Sig (2-tailed) 0,000. Nilai Asymp.Sig bernilai 0,000 berdasarkan hasil perhitungan uji-t sampel yang bersangkutan menggunakan SPSS versi 25. Dapat dikatakan H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan nilai skor kecil dari 0,000 dan besar dari 0,005. Dengan kata lain terdapat selisih antara skor *pretest* dan *posttest* dalam penyesuaian diri santri di asrama.

Adanya perbedaan skor, rata-rata pretest dan posttest dalam meningkatkan penyesuaian diri santri di asrama.

Tabel. 3 Perbandingan Skor *Pretest* dan *Posttest* Penyesuaian Diri Santri

Kode	<i>Pretest</i>			<i>Posttest</i>			Selisih skor
	Skor	%	kat	Skor	%	kat	
IEP	155	77.5	T	164	82	ST	99
MPA	146	73	T	157	78.5	T	111
ZR	146	73	T	150	75	T	44
MFK	144	72	T	156	78	T	112
RAR	136	68	S	134	67	S	11
GW	135	67.5	S	167	83.5	ST	332
RZ	134	67	S	142	71	T	88

FA	133	66.5	S	158	79	T	225
ASN	122	61	S	148	74	T	226
LKP	104	52	R	141	70.5	T	337
Rata-rata		67,75			75,85		

Tabel di atas menunjukkan bahwa penyesuaian diri santri di asrama mengalami peningkatan. Tentu hal ini dipengaruhi oleh validitas yang sangat besar terhadap penyesuaian diri santri di asrama.

Hasil penelitian ini skor rata-rata penyesuaian diri terdapat perbedaan antara pretest dan posttest. Pada tahap ini akan dijelaskan secara konseptual dari setiap hasil penelitian yang ditetapkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Penyesuaian Diri

Hasil penelitian *pretest* dilakukan terhadap santri kelas VII Tsanawiyah Pondok Pesantren Sumatera Thawalib Parabek Bukittinggi, selanjutnya dipilih 10 santri untuk menjadi subjek penelitian. Sesuai dengan permasalahan penyesuaian diri di atas, sehingga santri diberikan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri santri di asrama. Tujuan bimbingan kelompok adalah untuk melatih santri dalam mengembangkan keterampilan sosial, dan melatih santri untuk berperilaku lebih efektif serta meningkatkan kemampuan yang baik dalam berkomunikasi. Kemampuan dalam berkomunikasi dikompromikan oleh emosi, pikiran, pemahaman, wawasan, dan perilaku yang tidak objektif, sempit, terbatas, dan tidak efektif (Prayitno, 2018).

Lingkungan dan semua elemen yang terlibat di pesantren, sangat berpengaruh terhadap proses adaptasi santri, termasuk pengurus pondok pesantren (Mustakim, 2019). Penyesuaian diri adalah proses menemukan titik temu antara situasi diri sendiri dan kebutuhan lingkungan. Santri harus beradaptasi dengan lingkungan sosial, pribadi dan alama (Windaniati, 2015). Peran lingkungan sangat penting bagi kehidupan santri, karena diperlukan upaya untuk membentuk santri dengan menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Jika santri tidak mampu bersosialisasi dengan baik, maka santri akan mengalami hambatan dalam penyesuaian dirinya. Kesulitan untuk beradaptasi dengan lingkungan asrama membuat santri ragu, butuh waktu untuk memahami keadaan asrama, pembina asrama, teman baru, serta peraturan yang ada di asrama. Saat memasuki kondisi lingkungan baru, santri harus beradaptasi dengan kondisi tersebut. Menyesuaikan diri bukan berarti santri menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungannya, tetapi lebih mampu untuk santai dan memadukan potensi dengan keadaan batinnya dan lingkungan tempat santri berinteraksi.

Berdasarkan kondisi penyesuaian diri santri kelas VII Madrasah Tsanawiyah Pondok Pesantren Sumatera Thawalib Parabek Bukittinggi, maka dilakukan penelitian dengan menggunakan angket yang diberikan kepada santri kelas VII Tsanawiyah, dari kelas tersebut terdapat 10 santri yang memiliki penyesuaian diri rendah di asrama. Setelah didapatkan subjek, maka dilanjutkan dengan melakukan pretest, kemudian diberikan layanan kepada subjek yang memiliki penyesuaian diri rendah tersebut dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok. Peningkatan penyesuaian diri melalui layanan bimbingan kelompok diperlukan untuk memberikan dorongan positif agar santri mampu menghadapi hambatan dan mengatasi kesulitan terutama dalam hal penyesuaian diri dengan lingkungan baru (Maghfur, 2018).

Peran lingkungan sangat penting bagi kehidupan santri, karena diperlukan upaya untuk pembentukan kemampuan santri dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Jika santri tidak mampu bersosialisasi dengan baik, maka santri akan mengalami hambatan dalam penyesuaian dirinya. Peneliti menggunakan layanan bimbingan kelompok agar santri dapat termotivasi melalui suasana kelompok sehingga dapat memperkuat motivasi internalnya. Dalam bimbingan kelompok, santri di ajak untuk berdiskusi dalam memecahkan masalah, melatih santri mengembangkan kemampuan bersosialisasi, dan bertindak laku lebih efektif serta meningkatkan kemampuan yang baik dalam berkomunikasi.

Kehidupan di asrama mendorong santri untuk terus menerus menyesuaikan diri, karena hal itu adalah proses alamiah yang ada pada setiap individu agar terjadi hubungan yang lebih baik sesuai dengan kondisi lingkungannya. Dengan demikian layanan bimbingan kelompok dapat memberikan pemahaman tentang penyesuaian diri yang baik, sehingga santri dapat mengubah sikap atau kebiasaan tertentu agar dapat menjalani kehidupannya secara efektif. Oleh sebab itu, layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan penyesuaian diri santri di asrama.

Pada kenyataannya berbagai hal yang membuat seorang santri mengalami kendala dalam menyesuaikan diri di sekolah baru dan tinggal di asrama. Kesulitan untuk beradaptasi dengan lingkungan asrama membuat santri enggan dan butuh waktu yang cukup lama untuk memahami keadaan asrama, pembina asrama, teman baru, serta peraturan yang ada di asrama. Saat memasuki kondisi lingkungan baru, santri dituntut untuk menyesuaikan diri dengan kondisi tersebut. Menyesuaikan diri bukan berarti santri berubah "menjadi" seperti tuntutan lingkungannya, namun yang diharapkan ialah santri dapat memadukan potensi dan kondisi internal dirinya dengan lingkungan tempat berinteraksinya.

Dengan demikian layanan bimbingan kelompok dapat memberikan pemahaman yang baik tentang penyesuaian diri, sehingga santri dapat mengubah sikap atau kebiasaan tertentu

untuk dapat menjalani kehidupannya secara baik. Oleh karena itu, layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan penyesuaian diri santri di asrama.

Perbedaan Skor Penyesuaian Diri *Pretest* dan *Posttest* dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri

Skor dan rata-rata penyesuaian diri *pretest* dan *posttest* santri di asrama terdapat perbedaan antara *pretest* dan *posttest*. Sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) rata-ratanya dengan kategori sedang dan setelah diberikan perlakuan rata-ratanya dengan kategori tinggi. Karena dari hasil penyesuaian diri santri melalui angket yang diberikan, terdapat beberapa hal mengenai penyesuaian diri dengan lingkungan yang kurang baik. Sehingga santri di berikan layanan untuk memahami bagaimana cara untuk beradaptasi dengan lingkungan baru. Hal ini di perkuat oleh pendapat Schneiders dalam aspek penyesuaian diri sosial, dimana interaksi antar individu akan terjadi dan akan saling mempengaruhi satu sama lain (Parman, 2013).

Kondisi yang berpengaruh dalam penyesuaian diri santri adalah kegiatan di asrama yang mendorong santri untuk bersosialisasi secara baik dengan lingkungannya, melalui berbagai kegiatan di asrama, seperti tadarusan, kajian, olahraga, masak-masak dan jalan-jalan pagi pada hari libur. Akan tetapi ada beberapa santri yang tidak berpengaruh dengan keadaan tersebut meskipun telah diikutsertakan dengan berbagai macam kegiatan di asrama. Ketidakmampuan penyesuaian diri yang dilakukan santri membuat santri tertutup, tidak mau berbaur, dan tidak mau mengikuti kegiatan yang ada di asrama. Maka dari itu, santri yang memiliki penyesuaian diri rendah tersebut, diberikan layanan bimbingan kelompok sehingga pada saat itulah santri bisa aktif bertukar pikiran, memberikan ide untuk pemecahan masalah yang dihadapinya. Dengan layanan bimbingan kelompok yang telah diberikan, santri merasa di hargai, lebih percaya diri karena dapat berinteraksi secara baik dengan lingkungannya. Oleh sebab itu, bimbingan kelompok mampu meningkatkan penyesuaian diri santri di asrama. Berbagai faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri pada santri yaitu kondisi fisik, perkembangan dan kematangan, keadaan psikologis, keadaan lingkungan, tingkat religius dan kebudayaan. Dari faktor di atas, keadaan lingkungan mencakup keluarga, rumah, asrama yang sangat berpengaruh terhadap penyesuaian diri santri, karena lingkungan yang damai, tentram, penuh penerimaan dan dukungan mampu memperlancar proses penyesuaian diri pada santri. Dari faktor lingkungan santri akan belajar bagaimana cara menghargai dan bersosialisasi dengan baik sehingga santri dengan mudah menyesuaikan dirinya. Pola sosial yang buruk apabila dikembangkan di rumah, maka anak akan menemukan kesulitan untuk melakukan penyesuaian sosial di luar rumah (Susanti & Widuri, 2013). Santri kelas VII Madrasah Tsanawiyah yang baru masuk asrama, akan terkejut dengan lingkungan baru yang dirasakan dengan segala peraturan yang ada, lingkungan dan peraturan yang ada di asrama sangat jauh

berbeda dengan lingkungan di rumah tempat santri tinggal.

Satu orang responden yang mengalami penurunan skor yaitu RAR, dengan skor *pretest* kategori sedang, dan skor *posttest* kategori sedang. Dari hasil angket RAR mengalami kendala dalam penyesuaian diri pribadi, dalam kategori penyesuaian diri religius. Dalam hal ini RAR mengalami kendala karena sering terlambat bangun dan memiliki kegiatan padat di asrama, sehingga membuat penyesuaian diri religius terhambat. Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok, RAR masih banyak diam dan hanya sedikit memberikan pendapat, sehingga dalam hasil penelitian ini penyesuaian diri RAR melalui bimbingan kelompok termasuk tidak berhasil. Artinya, masih ada beberapa santri yang belum bisa melakukan penyesuaian diri dengan lingkungannya secara baik. Akan tetapi setelah diberikan perlakuan dalam bentuk pemberian layanan bimbingan kelompok kemudian diberikan *posttest*, maka terjadi peningkatan dalam melakukan penyesuaian diri santri.

Menurut Dewita et al (2021) layanan bimbingan kelompok dapat membantu santri dalam memahami dan meningkatkan penyesuaian diri di asrama dengan mendiskusikan dan memahami pentingnya penyesuaian diri dimanapun berada. Oleh karena itu, melalui bimbingan kelompok diharapkan setiap santri dapat meningkatkan individualitasnya menjadi lebih baik. Artinya santri mampu membuat keputusan sendiri, mengembangkan pikiran positif, dan menghasilkan tindakan yang lebih efektif, sehingga setiap individu dapat memecahkan masalah dan mencegahnya terulang kembali. Bimbingan kelompok terhadap penyesuaian diri santri, sangat berpengaruh bagi perubahan perilaku santri di asrama. Ini bisa dilihat dari skor yang diperoleh sebelum dan sesudah dilakukan layanan bimbingan kelompok santri dalam pengisian angket *pretest* dan *posttest*. Hasil penyesuaian diri pada santri di asrama Pondok Pesantren Sumatera Thawalib Parabek Bukittinggi sudah sesuai dengan teori yang ada. Santri mulai berbaur dengan lingkungan sekitarnya tanpa harus cemas, malu, tidak percaya diri, dan mematuhi aturan yang ada di asrama. Santri sudah mulai terbiasa dengan suasana lingkungan di Pondok Pesantren.

Implikasi terhadap Program Bimbingan Konseling Islam

Berdasarkan hasil penelitian ini, layanan bimbingan kelompok berpengaruh untuk meningkatkan penyesuaian diri santri dalam menerima dan memahami diri sendiri dan lingkungannya, meningkatkan percaya diri dan aktif dalam memberikan pendapat. Bimbingan kelompok dilakukan untuk meningkatkan penyesuaian diri santri di asrama baik dalam bidang sosial, pribadi, karir dan belajar. Santri yang tergabung dalam kegiatan bimbingan kelompok saling berinteraksi satu sama lain, bebas mengungkapkan asumsi, bertukar ide, memberikan umpan balik, mempresentasikan solusi dan mengkomunikasikan ide-ide inovatif (Maiseptian et al., 2022). Layanan bimbingan kelompok yang diberikan sesuai dengan kebutuhan dan

fasilitas yang ada. Program yang dapat dilakukan dengan memberikan layanan bimbingan kelompok dan layanan konseling lainnya, sehingga dapat membantu santri dalam meningkatkan penyesuaian diri di asrama.

SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah adanya perbedaan skor dan kategori yang besar antara *pretest* dan *posttest* pada penyesuaian diri santri di asrama. Penyesuaian diri santri di asrama berada pada kategori tinggi dan sedang, setelah diberikan layanan bimbingan kelompok, penyesuaian diri santri di asrama meningkat berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi. Layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri santri di asrama Pondok Pesantren Sumatera Thawalib Parabek Bukittinggi. Layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri santri dalam belajar, karir, pribadi maupun sosial tergantung pada kebutuhan dan ketersediaan fasilitas yang ada.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisya, A. D. (2020). *Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Dalam Meningkatkan Konsep Diri Positif*. Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Al-Mahalli, I. J., & As-Suyuti, I. J. (2006). *Terjemahan Tafisr Jalalain Berikut Asbabun Nuzul*. Bandung: Sinar Baru Algesindo.
- Dewita, E., Jasman, J., Maisseptian, F., Safitri, S., & Efendi, M. (2021). Penguatan Kepribadian Remaja Melalui Bimbingan Kelompok di Panti Asuhan Aisyiyah Koto Tangah Padang. *Menara Pengabdian*, 1(2), 56–57.
- Kasna, W. O., & Muharam, A. M. (2020). Pengaruh Layanan Informasi terhadap Penyesuaian Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4 (1), 107–116.
- KBBI. (2016). *KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia)*.
- Maisseptian, F., Dewita, E., & Rosdialena, R. (2022). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Cognitive Behavior Therapy (CBT) untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Remaja. *Jurnal Ilmiah Iqra'*, 16(1), 102–117. journal.iain-manado.ac.id.
- Maisseptian, F., Marjohan, M., & Yarmis, Y. (2017). Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, 2(2), 81–90.
- Margareta, Y., Hidayati, N., & Maulana, R. (2022). Analisis Penyesuaian Diri dalam Belajar Online Masa Pandemi Covid-19 Siswa Kelas X SMAN 1 Sekadau. *BIKONS: Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(1), 7–16.

- Marimbun, M., Ilyas, S., & Ulva, N. F. (2022). Hubungan Self Manajemen dengan Penyesuaian Diri Siswa. *Jurnal Wahana Konseling*, 5 (1), 20–33.
- Marimbun, M., Syahniar, S., & Ahmad, R. (2017). Kontribusi Konsep Diri dan Kematangan Emosi terhadap Penyesuaian Diri Siswa dan Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling. *Insight Jurnal Bimbingan Konseling*, 6 (2), 165–175.
- Muri, Y. (2014). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan (1st ed.)*. Kencana.
- Mustakim, I. (2019). *Gambaran Penyesuaian Diri Pada Santri Baru di Pondok Pesantren Uswatun Hasanah*. Universitas Sumatera Utara.
- Parman, R. (2013). Penyesuaian Diri Laki-laki dan Perempuan Dengan Mengendalikan Variabel Sense of Humor. *Jurnal Online Psikologi*, 1 (2).
- Prayitno. (2018). *Konseling Profesional Yang Berhasil (2nd ed.)*. RAJAWALI PERS.
- Prayitno, H. (1999). *Panduan Kegiatan Pengawasan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Rineka Cipta.
- Risnawati, R., & Salahudin, S. (2022). Layanan Informasi untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 2 (1), 39–44.
- Sitorus, P. R. (2019). *Implementasi Metode Client Centered dalam Mengatasi Masalah Penyesuaian Diri Santri di MA Pesantren Modern Daar Al Uluum Asahan-Kisaran*. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. PT. Alfabeta.
- Suryadi, S., & Usman, C. I. (2018). Profil Penyesuaian Diri Siswa SMP Pembangunan Laboratorium UNP Padang. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(1), 89–101.
- Windaniati. (2015). Meningkatkan Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa Melalui Teknik Kognitif Restructuring Pada Kelas X TKR 1 SMK Negeri 7 Semarang Tahun 2012/2013. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 32 (1), 2–4.