

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan yang fokus pada pengembangan aspek spiritual, intelektual, dan sosial para santri. Pondok pesantren berfungsi sebagai tempat belajar di mana para santri tidak hanya belajar soal agama, tetapi juga mendidik santri agar menjadi pribadi yang baik, cerdas, dan mampu berinteraksi dengan masyarakat. Kehidupan di pesantren juga melatih santri dalam berinteraksi dengan berbagai karakter dan latar belakang, sehingga nilai-nilai seperti gotong royong, tolong-menolong dan empati tertanam dalam diri mereka (Fare Nita, 2020).

Proses penyesuaian diri bagi santri baru yang baru tiba di pesantren seringkali mengalami tantangan. Tantangannya yaitu para santri harus bisa membiasakan diri dengan lingkungan, peraturan pondok, budaya baru yang berbeda-beda serta beragam bahasa dari daerahnya masing-masing dari sebelumnya. Hal ini dapat menimbulkan stress pada diri santri baru yang dapat menimbulkan kebingungan, berkurangnya motivasi belajar, sulit dalam mengaji dan sulit menghafal di pondok pesantren (Handono et al., 2013).

Santri baru ialah anggota santri yang akan memulai belajar di pesantren, mereka berada pada tahap awal proses pendidikan dan pembelajaran di lingkungan tersebut. Mereka merupakan santri baru yang sudah terdaftar di pondok pesantren dan diwajibkan untuk mengikuti berbagai kegiatan yang diselenggarakan di sana.

Berbagai kegiatan tersebut bertujuan untuk membantu para santri baru beradaptasi dengan lingkungan pesantren dan memahami aturan yang berlaku (Pebrianti Beti Rahayu, 2019).

Santri yang akan belajar di pesantren tersebut tidak hanya berasal dari lingkungan sekitar pesantren saja, namun juga ada yang berasal dari luar kota, bahkan ada yang dari luar provinsi. Oleh karena itu, setiap santri yang berasal dari daerah lain otomatis akan tinggal di tempat baru di pesantren tersebut, yang tentunya berbeda dengan kebiasaan tempat tinggal sebelumnya. Mereka juga perlu beradaptasi dengan lingkungan tempat tinggal bersama santri lain yang mempunyai latar belakang budaya, bahasa dan asal daerah yang berbeda (Handono et al., 2013).

Santri baru berusaha menyesuaikan diri, mereka akan sering menghadapi tantangan terkait penerimaan dan penolakan dalam hubungan teman sebaya. Tantangannya yaitu anak santri cenderung menyendiri karena sulit beradaptasi dengan teman sebayanya. Hal ini dapat menyebabkan santri tidak mengetahui cara berinteraksi dengan teman sebayanya dan takut akan penolakan, yang pada akhirnya melemahkan rasa percaya diri mereka saat berinteraksi dengan teman sebayanya (Fare Nita, 2020).

Sebagai sesama umat manusia harus saling mengenal dan memperlakukan satu sama lain dengan baik tanpa memandang perbedaan, sebagaimana bunyi ayat berikut ini “Wahai manusia, kami ciptakan kamu dari laki-laki dan perempuan, dan Kami jadikan kamu menjadi bangsa-bangsa dan suku-suku yang berbeda-beda

agar kamu saling kenal-mengenal. Dan orang yang paling terhormat di hadapan Allah adalah orang yang paling bertakwa. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal” (Qs.Al-Hujarat: 13).

Tantangan ini seringkali disebabkan oleh berbagai faktor, seperti perbedaan latar belakang pendidikan, kebiasaan belajar yang belum terbangun, serta adaptasi terhadap lingkungan baru yang mungkin berbeda dari lingkungan yang dirumah. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, pengasuh dan pengurus pondok harus melakukan pendekatan yang lebih individual dengan memberikan bantuan tambahan kepada santri. Selain itu, mereka juga harus menciptakan suasana pembelajaran yang mendukung, dan mendorong kolaborasi antar santri untuk saling membantu dalam belajar mengaji di pondok (Muhimmatul Hasanah, 2024).

Santri baru seringkali tidak mampu mengendalikan emosinya sehingga mudah marah ketika sedang dihadapkan dengan masalah, baik dalam belajar maupun dalam berinteraksi dengan teman-temannya. Reaksi emosional ini tidak hanya mengganggu proses pembelajaran tetapi juga mengalami pengasingan diri dari santri lain yang merasa risih berhadapan denganya. Oleh karena itu, penting untuk mendukung dan melatihnya agar santri tersebut dapat belajar mengelola emosinya dengan lebih baik (Angelina Sari, 2021).

Santri baru seringkali merasa canggung dan tidak berani menyapa orang-orang terlebih dahulu atau sekedar ingin memulai percakapan. Hal ini karena mereka merasa malu dan belum bisa terbiasa dengan lingkungan baru. Akibatnya,

mereka cenderung menarik diri dan kesulitan dalam membangun interaksi sosial dengan santri lainya (Muhimmatul Hasanah, 2024).

Pesantren membantu santri baru beradaptasi melalui program MATSIBA (Masa Ta'aruf Santri Baru) program ini efektif mengurangi kecemasan dan membantu santri menyesuaikan diri. Setelah mengikuti orientasi, santri diharapkan lebih siap menghadapi kehidupan dan pembelajaran di pesantren. Namun, dalam kenyatannya ada santri baru yang memang sangat kurang penyesuain dirinya maka dari itu penulis ingin meneliti hal tersebut (Nurhadi, 2019).

Untuk menghadapi keadaan tersebut diperlukan teknik yang efektif untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri baru di pesantren. Maka dari itu penulis memilih teknik *positive Reinforcement* karena dapat:

1. Membantu mereka dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren.
2. Memberikan motivasi kepada santri baru agar lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan belajar dan bersosialisasi.
3. Digunakan untuk mengontrol atau mengubah perilaku santri baru yang menghambat proses adaptasi serta mendorong kebiasaan belajar yang lebih efektif.
4. Mengembangkan rasa percaya diri santri baru agar mampu menjalani kehidupan dan pembelajaran di pesantren.

5. Mengarahkan santri baru untuk berpikir secara lebih luas dan berani mengambil inisiatif dalam berbagai situasi di lingkungan pesantren (Fare Nita, 2020).

Alasan tidak memilih teknik lain karena ada alasan tertentu, seperti teknik *punishment* kurang cocok karena bisa menurunkan motivasi santri, teknik *modeling* lebih tepat untuk memperkenalkan perilaku. Sedangkan *positive reinforcement* lebih efektif untuk memperkuat perilaku positif yang muncul, selain itu teknik *desensitisasi* lebih cocok mengatasi fobia atau kecemasan tertentu. Dengan memberikan hadiah dan hukuman, konseli akan menyerap dan menerapkan sistem nilai yang diinginkan kepadanya (Nandang Rusmana, 2009).

Alasan lain memilih Teknik *positive reinforcement* yaitu:

1. Meningkatkan Motivasi, Santri yang menerima penguatan positif akan merasa lebih dihargai dan termotivasi untuk mempertahankan serta meningkatkan perilaku yang sesuai dengan norma pesantren.
2. Mengurangi Stres dan Kecemasan, Adaptasi terhadap lingkungan baru bisa menimbulkan stres. Penguatan positif membantu menciptakan pengalaman yang lebih menyenangkan dan mendukung.
3. Membentuk Kebiasaan Positif, Dengan memberikan reinforcement terhadap perilaku yang diinginkan, santri akan lebih mudah membangun kebiasaan baik yang sesuai dengan nilai-nilai pesantren.

4. Meningkatkan Interaksi Sosial, Pujian dan penghargaan sosial dari teman sebaya maupun ustaz/ustazah dapat memperkuat hubungan sosial yang positif di dalam pesantren.

Mendorong Kemandirian dan Disiplin, Teknik ini membantu santri menginternalisasi nilai-nilai pesantren secara alami tanpa harus merasa tertekan oleh aturan yang ketat (Nandang Rusmana, 2009).

Penulis merujuk pada beberapa jurnal yang relevan dan berkaitan dengan konseling kelompok teknik *positive reinforcement* untuk penyesuaian diri, seperti penelitian yang dilakukan oleh Fitri Ayu Lestari (2017) dengan judul “Pelaksanaan layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Behavioristik* dengan teknik *Positive Reinforcement* dalam meningkatkan sikap disiplin peserta didik kelas VIII SMP Negeri Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017” Menggunakan analisis data dengan t-test paired sample. Hasilnya menunjukkan adanya perubahan skor pada angket sikap kedisiplinan peserta didik, dimana rata-rata pre-test adalah 31,2 dan meningkat menjadi 42,7 setelah penerapan teknik. Berdasarkan hasil uji hipotesis, diperoleh perhitungan hitung > table ( $14,500 > 1,729$ ) dengan tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Kesimpulanya memberikan pengaruh positif dalam meningkatkan kedisiplinan peserta didik dalam mematuhi peraturan sekolah dikelas VIII SMP Negeri 26 bandar lampung.

Berdasarkan data yang diperoleh melalui observasi penelitian dan wawancara dengan pengurus pondok pesantren putri yang dilakukan pada hari Minggu 1 September 2024 saya telah menarik kesimpulan bahwa santri baru yang

tidak betah di pondok akan merasa tidak nyaman dan bisa mengalami stress, dan kabur yang berdampak pada kesehatan mental mereka, Ketika seorang santri baru merasa tidak cocok atau tidak betah di lingkungan pesantren, hal ini bisa membuat mereka tertekan. Lalu stress ini dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan mental mereka, sehingga penting bagi santri untuk merasa nyaman dan mendapat dukungan (Isnaini, 2017).

Sebagaimana permasalahan yang telah dirangkum diatas, peneliti tertarik dan bermaksud ingin melakukan penelitian di Pondok Pesantren Al-Ihya Ulumaddin Kesugihan Cilacap yang sasarnya adalah santri SMA/MA, karena sedang dalam masa puber pertama yang ingin menikmati kehidupan di lingkungan luar akan tetapi terbatas karena hidup di penjara suci. Maka dari itu penulis memilih santri tingkatan SMA/MA sebagai target penelitian karena idealnya santri baru dapat berperan dalam meningkatkan kemampuan penyesuaian diri. Peneliti akan menggunakan teori *Positive Reinforcement* sebagai pendekatan yang tepat untuk membantu santri baru dalam proses penyesuaian diri (Muhimmatul Hasanah, 2024).

Penyesuaian diri juga dialami oleh seluruh pondok pesantren pada umumnya. Salah satunya di Pondok Pesantren Modern Kota Yogyakarta yang santri barunya ada yang memiliki kesulitan beradaptasi dengan lingkungan sosial baru seperti perbedaan budaya, latar belakang, dan kebiasaan antar santri dapat menimbulkan kesulitan dalam berinteraksi dan beradaptasi dengan lingkungan sosial pesantren. Beberapa santri juga mengalami kesulitan dalam mengelola

emosi yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri mereka (Enjjelina, 2024).

Layanan konseling yang diterapkan dalam permasalahan ini adalah konseling kelompok. Layanan ini merupakan bentuk bantuan yang diberikan oleh seorang konselor kepada individu yang membutuhkan guna membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Melalui diskusi dan interaksi, mereka dapat menemukan solusi bersama, belajar satu sama lain, dan merasa tidak sendirian dalam menghadapi masalah, kepercayaan dan pengertian antar anggota kelompok sangat penting untuk mencapai hasil yang positif (Durrotunnisa & Hanita, 2021).

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan, peneliti berencana melakukan penelitian dengan menerapkan layanan konseling kelompok. Layanan ini melibatkan beberapa klien, yang terdiri dari 4 hingga 12 santri SMA/MA di Pondok Pesantren Al-Ihya Ulumaddin Kesugihan Cilacap. Untuk menyelesaikan permasalahan santri baru dengan menggunakan cara selain penguatan positif cara yang sudah diterapkan yaitu dengan mengadakan MATSIBA (Masa Ta'aruf Santri Baru). Program ini merupakan tahap pertama di mana santri yang baru masuk pesantren mempelajari lingkungan, ma'murot, mardiyat, dan nilai budaya pesantren (Hermina & Setiawati Hariyono, 2018).

Kegiatan MATSIBA (Masa Ta'aruf Santri Baru) biasanya mencakup pengenalan fasilitas pesantren, peraturan, serta program pendidikan dan



keagamaan. Tujuan utamanya adalah membantu santri beradaptasi dengan kehidupan pesantren, meningkatkan kedisiplinan, mempunyai banyak teman dan mempererat hubungan santri dan pengajar. Selain cara itu di pondok juga membuat peraturan bahwa santri baru tidak boleh dijenguk dan berkomunikasi dengan orangtuanya selama 40 hari agar bisa belajar hidup mandiri dengan teman barunya (Habibi et al., 2019).

Santri baru dapat dikatakan setara dengan santri lama setelah bergantinya ajaran baru atau naik kelas, dengan melalui proses adaptasi, memahami aturan, budaya dan nilai-nilai yang berlaku di pesantren. Proses ini juga mencakup pembiasaan diri untuk menunjukkan kedisiplinan dan ketaatan dalam mengikuti aturan. Setelah melalui tahap orientasi dan aktif mengikuti kegiatan pesantren, para santri baru biasanya dianggap sudah lebih dewasa dan mulai dianggap setara dengan santri lama (Pebrianti Beti Rahayu, 2019).

## **B. Identifikasi Masalah**

Berikut dari pembahasan latar belakang permasalahan, maka peneliti dapat mengidentifikasi permasalahan penyesuaian diri yang dihadapi oleh santri baru SMA/MA di Pondok Pesantren Al Ihya Ulumaddin Kesugihan Cilacap, antara lain:

1. Adanya santri baru SMA/MA yang cenderung menyendiri karena sulit beradaptasi dengan teman sebayanya.
2. Masih adanya santri baru SMA/MA yang kesulitan dalam mengaji dan menghafal di pesantren.

3. Ada santri baru SMA/MA yang tidak bisa mengendalikan emosinya sehingga mudah marah jika mendapat masalah.
4. Ada santri baru SMA/MA yang enggan membantu temannya ketika kesusahan.
5. Ada santri baru SMA/MA yang belum berani menyapa dan memulai percakapan terlebih dahulu saat bertemu dengan teman sebayanya.
6. Pesantren membantu penyesuaian diri dengan mengadakan MATSIBA (Masa Ta'aruf Santri Baru) namun setelahnya santri baru belum maksimal penyesuaian dirinya karena hanya berbekal MATSIBA saja.

#### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah dalam penelitian ini, maka fokus permasalahan dibatasi pada rendahnya kemampuan penyesuaian diri santri baru di Pondok Pesantren Al Ihya Ulumaddin Kesugihan Cilacap dengan menggunakan teknik *Positive Reinforcement*.

#### **D. Rumusan Masalah**

Melihat hal tersebut, maka pertanyaan penelitian ini adalah: “Apakah konseling kelompok dengan teknik *Positive Reinforcement* efektif dalam meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri baru MA/SMA di Pondok Pesantren Al Ihya Ulumaddin Kesugihan Cilacap?”

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk memberikan kontribusi terhadap pengembangan strategi konseling yang efektif dengan menggunakan teknik

*Positive Reinforcement* untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri baru SMA/MA di Pondok Pesantren Al Ihya Ulumaddin Kesugihan Cilacap.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pembaca sebagai berikut:

##### **1. Manfaat Teoretis**

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat dalam bidang bimbingan karir, khususnya dalam memahami proses pembelajaran beradaptasi dengan lingkungan baru. Penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan kemampuan adaptasi diri pada santri baru SMA/MA di Pondok Pesantren Al Ihya Ulumaddin.

##### **2. Penggunaan Praktis**

###### **a. Untuk Pesantren**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan refleksi positif dan landasan untuk mengangkat permasalahan terkait kemampuan penyesuaian diri santri baru SMA/MA di Pondok Pesantren Al Ihya Ulumaddin.

###### **b. Untuk Pengurus Pondok**

Penelitian ini diharapkan dapat membantu pengurus pesantren dalam mendukung santri baru SMA/MA yang memiliki kemampuan penyesuaian diri rendah melalui layanan konseling kelompok yang memanfaatkan teknik *Positive Reinforcement*.

##### **3. Bagi Santri baru**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan dampak positif dalam mengoptimalkan kemampuan adaptasi diri yang buruk, sehingga dapat memberikan pengaruh positif terhadap teman sebaya yang juga kesulitan beradaptasi dan membantu mereka mencapai adaptasi diri yang lebih baik.