

SKRIPSI
EFEKTIVITAS *PROBLEM SOLVING* UNTUK MENINGKATKAN
KEMAMPUAN ADAPTASI BAGI SANTRI BARU



Disusun dan diajukan sebagai salah satu syarat mendapat gelar Sarjana
Pendidikan di Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap

Disusun oleh

Nama	: Ita Urrohmah
NIM	: 212411005
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI CILACAP

2026

ORIGINALITY REPORT

18%

SIMILARITY INDEX

16%

INTERNET SOURCES

7%

PUBLICATIONS

3%

STUDENT PAPERS



PRIMARY SOURCES

1	eprints.unugha.ac.id Internet Source	4%
2	repository.unugha.ac.id Internet Source	2%
3	Submitted to UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Student Paper	1%
4	repository.umsu.ac.id Internet Source	1%
5	ejurnal.undana.ac.id Internet Source	1%
6	id.scribd.com Internet Source	1%
7	repository.radenintan.ac.id Internet Source	1%
8	sipeg.unj.ac.id Internet Source	1%
9	eprints.uny.ac.id Internet Source	1%
10	fkip.umpr.ac.id Internet Source	1%
11	Qori Fanani. "Penyesuaian Diri: Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19", Open Science Framework, 2021 Publication	<1%
12	repository.usd.ac.id Internet Source	

Mengenal Konsep Bilangan 1-10 Pada Anak
Usia Dini Manyaran Semarang", Journal of
Studies in Early Childhood Education (J-SECE),
2018
Publication

Exclude quotes: On
Exclude bibliography: On



Dipindai dengan CamScanner

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ita Urrohmah

NIM : 212411005

Prodi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul “EFEKTIVITAS PROBLEM SOLVING UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN ADAPTASI BAGI SANTRI BARU” menyatakan bahwa benar benar asli buatan saya sendiri, tidak ada unsur menjiplak. Jika kemudian hari ditemukan adanya unsur diatas saya bersedia menerima sanksi.

Cilacap, 15 Januari 2026



Ita Urrohmah

HALAMAN PERSETUJUAN

PERSETUJUAN

Nama : Ita Urrohmah

NIM : 212411005

Judul skripsi : EFEKTIVITAS PROBLEM SOLVING UNTUK MENINGKATKAN
KEMAMPUAN ADAPTASI BAGI SANTRI BARU

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi
Fakultas Keguruan dan ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap

Cilacap, 24 Januari 2026

Persetujuan Pembimbing

Pembimbing I



Dr. Khulaimata Zalfa, S.Psi., M.Pd

NIDN.2107088701

Pembimbing II



Faishal Ridwan, M.Pd

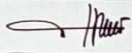
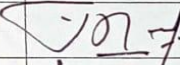
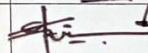
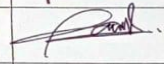
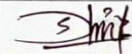
NIDN.0609059401

HALAMAN PENGESAHAN

PENGESAHAN

Nama : **ITA URROHMAH**
NIM : 212411005
Judul : *Efektifitas Problem Solving Untuk Meningkatkan Kemampuan Adaptasi Bagi Santri Baru*

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada sidang skripsi hari Selasa, tanggal 3, bulan Februari, tahun 2026 dengan hasil **LULUS**. Skripsi ini telah direvisi dan mendapatkan persetujuan dari Tim Penguji. Persetujuan hasil revisi oleh Tim Penguji:

Jabatan	Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua Penguji dan Pembimbing	Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd.		11/2 2026
Penguji 1	Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I.		10/2 2026
Penguji 2	Heny Kristiana Rahmawati, M.Pd.I		10/2 2026
Ass. Pembimbing	Faishal Ridwan M.Pd.		11/2 2026
Sekretaris	Syifaul Ummah, M.Pd.		10/2 2026

Skripsi disahkan oleh Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada:

Tanggal : 11 FEB 2026

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan




Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd.
NIK. 41 230714 012

NOTA KONSULTAN

NOTA KONSULTAN

Hal : Naskah Skripsi Ita Urrohmah

Lamp : -

Kepada

Yth. Dekan FKIP

Universitas Nahdlatul Ulama

Al Ghazali Cilacap

Di -

Cilacap

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Setelah membaca, mengoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka konsultan berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Ita Urrohmah

NIM : 212411005

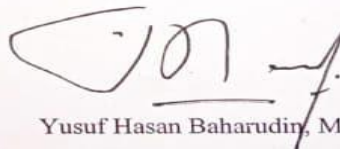
Fakultas/ Prodi : FKIP/BK

Judul Skripsi : Efektivitas *Problem Solving* Untuk Meningkatkan Kemampuan Adaptasi Bagi Santri Baru

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar Strata satu (S1)

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Cilacap, 11 Februari 2026



Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I

NIDN. 0629019101

MOTTO

*Langkah kecil hari ini adalah awal dari pencapaian besar esok hari,
selesaikan apa yang telah kamu mulai*

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang. Segala rasa syukur tercurahkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan nikmat dan karunia-Nya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan lancar. Penulis mempersembahkan skripsi ini untuk:

1. Kedua orang tua saya, Bapak Saeful Anwar Yazid dan Ibu Latifatul Khoeriyah yang saya cintai dan saya sayangi, mereka yang selalu mendoakan saya dalam setiap langkah, yang selalu berjuang demi masa depan anaknya, yang memberikan kasih sayang tulus dan dukungan penuh dalam kehidupan saya. Terimakasih tidak ada kata yang mampu menggambarkan kebaikan, ketulusan dan kasih sayang Bapak dan Ibu. Sehat selalu buat panutan dan pintu surgaku.
2. Kepada Abah KH. Drs. Sugeng Mu'alim, M. Ag dan Ny. Hj. Dra. Maftuhatussamroh beserta segenap dzuriyah pondok pesantren Al Fiel kesugihan yang saya harap harapkan doa dan barokahnya, terimakasih sudah banyak memberi pelajaran dan motivasi bagi saya.
3. Dosen pembimbing saya beliau Ibu Dr. Khulaimata Zalfa, S.Psi., M.Pd dan Bapak Faishal Ridwan M. Pd terimakasih selalu memberikan semangat dan arahan disetiap langkah pengerjaan dari mulai membuat judul sampai selesai.

4. Untuk kedua adiku Arif Fardian Rahmadhani dan Muhammad Yahya, yang ikut serta memberi canda tawa, terimakasih atas semangat, doa, dan cinta untuk saya. Tumbuhlah menjadi versi paling hebat.
5. Segenap keluarga besar saya yang selalu mendoakan, memberi semangat, dan memotivasi saya selama menempuh pendidikan, sehingga saya bisa sampai dititik ini.
6. Teman teman BK angkatan 2021 terimakasih sudah banyak memberi canda tawa, saling semangat, dan doa tentunya hingga kita bisa sampai pada akhir tugas perkuliahan. Tentunya setiap momen dikelas bakal dirindukan, *see you on top guys*.
7. Untuk sahabat sahabat di Pondok Al Fiel terimakasih untuk kalian yang selalu direpotkan, mendukung, saling membantu dan mendoakan. Tentunya selama kita bareng banyak tangis dan tawa saling tukar cerita dan sekarang fokus pada tujuan masing masing.
8. Untuk seseorang pemilik NIM 201111011 yang tak kalah penting kehadirannya, terimakasih telah menjadi perjalanan hidup, yang menjadi penyemangat, selalu mendengar keluh kesah saya, dan memberi banyak hal. Terima kasih telah menjadi cahaya di saat gelap, penenang di tengah gelisah, dan kekuatan di setiap langkahku. Semoga langkah kecil ini menjadi bagian dari perjalanan besar kita nanti. Untukmu, yang selalu ada dalam setiap doa dan rencana masa depan.
9. Seluruh pihak yang senantiasa memberikan dukungan positif dan membantu kelancaran proses penyelesaian skripsi saya ini.

10. Dan untuk diri saya sendiri. Ita Urrohmah trimakasih sudah bertahan sejauh ini dari banyaknya tawa dan tetesan air mata, sudah berhasil menyelesaikan apa yang telah dimulai. Walaupun dalam perjalanan ini sering mengeluh atas beberapa usaha yang kurang sebanding dengan hasilnya. Intinya kamu hebat atas semua pencapaianmu yang tak seberapa ini.

ABSTRAK

Ita Urrohmah, 212411005, Efektivitas Problem Solving Untuk Meningkatkan Kemampuan Adaptasi Bagi Santri Baru. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap, Januari 2026.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas problem solving untuk meningkatkan kemampuan adaptasi bagi santri baru di Pondok Pesantren Al Fiel Kesugihan Cilacap. Menggunakan pendekatan kuantitatif desain yang diterapkan adalah desain eksperimen. Dalam penelitian ini kemampuan adaptasi sebagai variabel terikat, sementara konseling kelompok dengan metode problem solving menjadi variabel bebas.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain pretest dan posttest dua kelompok eksperimen dan kontrol yang memiliki kemampuan adaptasi yang terendah. Populasi yang digunakan sebanyak 31 santri baru dengan teknik sampling dalam penelitian ini adalah purposive sampling, yang berjumlah 18 santri baru yang memiliki kemampuan adaptasi yang terendah dari hasil pretest.

Hasil penelitian mencakup sebagai berikut: 1) tingkat kemampuan adaptasi santri baru di Pondok Pesantren Al Fiel mengalami peningkatan setelah diberikan treatment layanan konseling kelompok dengan metode problem solving. Pada kelompok eksperimen, tingkat adaptasi santri sebelum treatment berada pada kategori rendah 12,90%, kategori sedang 67,74%, dan kategori tinggi 19,35%. Setelah diberikan treatment tingkat adaptasi meningkat ke kategori tinggi, ditunjukkan oleh skor posttest antara 74–86 dengan nilai mean sebesar 81,7500. Sebaliknya, pada kelompok kontrol yang tidak diberikan treatment, tingkat kemampuan adaptasi santri terdapat 2 santri dengan kategori rendah ke sedang dan yang lainnya tetap pada kategori sedang. Hasil pretest menunjukkan skor 53–58 dengan nilai mean 55,8750, dan hasil posttest tidak menunjukkan peningkatan dengan nilai mean yang sama, yaitu 55,8750. 2) Berdasarkan penelitian metode problem solving efektif untuk meningkatkan kemampuan adaptasi santri baru dilihat dari hasil uji independent sampel test . dengan hasil yang diperoleh untuk t tabel sebesar 15.195, maka berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa $-t$ hitung $< -t$ tabel atau t hitung $> t$ tabel ($-15.195 < 2.145$ atau $15.195 > 2.145$, dapat diartikan bahwa H_0 ditolak. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan signifikan konseling kelompok untuk meningkatkan kemampuan adaptasi santri.

Kata kunci : Kemampuan Adaptasi, Konseling kelompok, Metode Problem Solving

ABSTRACT

Ita Urrohmah, 212411005. The Effectiveness of Problem Solving in Improving Adaptation Skills of New Santri. Faculty of Teacher Training and Education, Nahdlatul Ulama Al Ghazali University of Cilacap, January 2026.

This study aims to determine the effectiveness of the problem-solving method in improving the adaptation ability of new students (santri) at Al Fiel Islamic Boarding School, Kesugihan, Cilacap. This research employed a quantitative approach with an experimental design. In this study, adaptation ability served as the dependent variable, while group counseling using the problem-solving method functioned as the independent variable.

The research applied an experimental method using a pretest–posttest control group design involving experimental and control groups that initially exhibited the lowest levels of adaptation ability. The population consisted of 31 new santri, and purposive sampling was used to select 18 santri who demonstrated the lowest adaptation ability based on the pretest results.

The research findings are as follows: 1) the adaptation ability of new santri at Al Fiel Islamic Boarding School increased after receiving group counseling services using the problem-solving method. In the experimental group, prior to the treatment, adaptation ability was distributed as 12.90% in the low category, 67.74% in the moderate category, and 19.35% in the high category. After the treatment, the level of adaptation increased to the high category, as indicated by posttest scores ranging from 74 to 86 with a mean score of 81.7500. In contrast, the control group, which did not receive the treatment, remained in the moderate category. The pretest scores in the control group ranged from 53 to 58 with a mean score of 55.8750, and the posttest results showed no improvement, maintaining the same mean score of 55.8750. 2) Based on the results of the independent samples t-test, the problem-solving method was found to be effective in improving the adaptation ability of new santri. The obtained t-value was 15.195, while the t-table value was 2.145. Since $-t_{\text{calculated}} < -t_{\text{table}}$ or $t_{\text{calculated}} > t_{\text{table}}$ ($-15.195 < -2.145$ or $15.195 > 2.145$), the null hypothesis (H_0) was rejected. It can be concluded that there is a significant difference in the effectiveness of group counseling in improving the adaptation ability of santri. Keywords: Adaptation Ability, Group Counseling, Problem-Solving Method

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan nikmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Efektivitas Problem Solving Untuk Meningkatkan Kemampuan Adaptasi Bagi Santri Baru”. Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali Cilacap.

Selesainya skripsi ini tentunya tidak lepas dari bantuan dari berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis dengan penuh rasa hormat mengucapkan terimakasih yang setulus-tulusnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan secara moril maupun materil selama penyusunan skripsi ini. Terimakasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. A. Luthfi Hamidi, M.Ag, sebagai Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali (UNUGHA) Cilacap, beserta seluruh jajaran Civitas Akademik UNUGHA Cilacap.
2. Ibu Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd, sebagai Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) UNUGHA Cilacap.
3. Bapak Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I, Kaprodi Bimbingan dan Konseling (BK) FKIP UNUGHA Cilacap.

4. Ibu Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd, Dosen Pembimbing 1 yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, saran, nasihat, arahan dan selalu sabar dalam membimbing penulis menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Faishal Ridwan, M.Pd., Dosen Pembimbing 2 yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, saran, nasihat, arahan dan elalu sabar dalam membimbing penulis menyelesaikan skripsi ini.
6. KH. Drs. Sugeng Mu'allim, M.Ag, sebagai Pengasuh Pondok Pesantren Al Fiel yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
7. Indah Imroatussholihah, sebagai Lurah Pondok Putri Pesantren Miftahul Huda.
8. Seluruh Dosen Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali Cilacap, yang telah memberikan bekal ilmu yang bermanfaat bagi penulis.
9. Dan semua pihak yang penulis tidak dapat sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, semoga tidak mengurangi penghormatan dan penghargaan penulis. Semoga kebaikan dari semua pihak terbalas oleh Allah. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi jauh dari kata sempurna dan penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
NOTA KONSULTAN	vi
MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
ABSTRAK	xi
ABSTRACT.....	xii
KATA PENGANTAR.....	xiii
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR TABEL	xviii
BAB I	Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
B. Identifikasi Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Pembatasan Masalah	Error! Bookmark not defined.
D. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
E. Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
F. Manfaat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II.....	Error! Bookmark not defined.
KAJIAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.

A.	Kajian Teori.....	Error! Bookmark not defined.
1.	Adaptasi	Error! Bookmark not defined.
2.	<i>Problem Solving</i>	Error! Bookmark not defined.
3.	Santri Baru	Error! Bookmark not defined.
B.	Kajian Penelitian Yang Relavan.....	Error! Bookmark not defined.
D.	Hipotetis	Error! Bookmark not defined.
BAB III.....		Error! Bookmark not defined.
METODE PENELITIAN		Error! Bookmark not defined.
A.	Jenis Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B.	Tempat dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C.	Populasi dan Sampel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D.	Desain Penelitian	Error! Bookmark not defined.
E.	Variabel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
F.	Tehnik Pengumpulan data	Error! Bookmark not defined.
G.	Instrumen Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
H.	Validitas dan Reliabilitas Instrumen .	Error! Bookmark not defined.
I.	Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV		Error! Bookmark not defined.
HASIL DAN PEMBAHASAN.....		Error! Bookmark not defined.
A.	Gambaran Umum Tempat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B.	Hasil Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
C.	Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
D.	Keterbatasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.

BAB V	Error! Bookmark not defined.
KESIMPULAN DAN SARAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan.....	Error! Bookmark not defined.
B. Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kisi-kisi instrument kemampuan adaptasiError! Bookmark not defined.

Tabel 3. 2 Daftar skor Instrumen kemampuan adaptasiError! Bookmark not defined.

Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas butir InstrumentError! Bookmark not defined.

Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas Butir InstrumentError! Bookmark not defined.

Tabel 3. 5 Item Valid dan Tidak Valid..... Error! Bookmark not defined.

Tabel 3. 6 Hasil Realibel Instrumet Error! Bookmark not defined.

Tabel 4. 1 Jadwal kegiatan penelitian Error! Bookmark not defined.

Tabel 4. 2 Hasil Analisis Statistics Error! Bookmark not defined.

Tabel 4. 3 Kategori penyesuaian diri..... Error! Bookmark not defined.

Tabel 4. 4 Hasil kategori kemampuan adaptasi santri baru dari 31 santri baru..... Error! Bookmark not defined.

Tabel 4. 5 Hasil angket pre test kelompok eksperimenError! Bookmark not defined.

Tabel 4. 6 Hasil angket pretest kelompok kontrolError! Bookmark not defined.

Tabel 4. 7 Skor Pretest dan Postest Kelompok Eksperimen.....Error! Bookmark not defined.

Tabel 4. 8 Skor Pretest dan Post Test Kelompok KontrolError! Bookmark not defined.

Tabel 4. 9 Uji Normalitas..... Error! Bookmark not defined.

Tabel 4. 10 Ujिनormalitas dengan Q-Q Plot Error! Bookmark not defined.

Tabel 4. 11 Descriptives statistics N gain Error! Bookmark not defined.

Tabel 4. 12 Kategori tafsiran efektivitas N GainError! Bookmark not defined.

Tabel 4. 13 Paired Samples Test Angket Pretest dan Post Test KelompokError! Bookmark not defined.

Tabel 4. 14 Output Paired Samples StatisticsError! Bookmark not defined.

Tabel 4. 15 Independent Samples TestError! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. lembar penilaian validasi instrumenError! Bookmark not defined.

Lampiran 2. penilaian validasi RPLError! Bookmark not defined.

Lampiran 3. Time line kegiatan penelitian.Error! Bookmark not defined.

Lampiran 4. RPLError! Bookmark not defined.

Lampiran 5. Hasil uji validitas butir instrumentError! Bookmark not defined.

Lampiran 6. AngketError! Bookmark not defined.

Lampiran 7. Hasil pretest 31 santriError! Bookmark not defined.

. Lampiran 8. Hasil angket pretest dan postets kelompok eksperimenError! Bookmark not defined.

Lampiran 9. Hasil pretest dan postest kelompok kontrolError! Bookmark not defined.

Lampiran 10. Hasil uji N GainError! Bookmark not defined.

Lampiran 11. Hasil paired sampel testError! Bookmark not defined.

Lampiran 12. Hasil independen sampet testError! Bookmark not defined.

Lampiran 13.Dokumentasi kegiatan penelitianError! Bookmark not defined.
defined.

