

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Adaptasi merupakan kemampuan yang penting dimiliki oleh individu, terutama ketika dihadapkan pada lingkungan yang baru. Kemampuan adaptasi memiliki peran yang signifikan terhadap keberhasilan individu dalam proses pembelajaran, pembentukan hubungan sosial, serta dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan sehari-hari (Santrock,2014). Bagi santri baru, adaptasi menjadi faktor kunci dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren yang memiliki aturan, budaya, dan rutinitas yang berbeda dibandingkan dengan kehidupan sebelumnya. Namun demikian, tidak semua santri mampu melakukan penyesuaian diri secara optimal. Sebagian santri mengalami berbagai permasalahan, seperti perasaan rindu terhadap keluarga dan kampung halaman, kesulitan dalam mengikuti aturan yang ketat, keterbatasan keterampilan interaksi sosial, serta kesulitan dalam mengelola waktu. Ketidakmampuan dalam beradaptasi tersebut dapat berdampak pada munculnya stres, rendahnya motivasi belajar, hingga timbulnya keinginan untuk meninggalkan pesantren(Rahman,2020).

Rendahnya kemampuan adaptasi pada santri baru menjadi tantangan tersendiri bagi pihak pesantren dalam menjaga keberlangsungan proses

pembelajaran serta pengembangan potensi santri. Permasalahan adaptasi pada santri baru bukanlah fenomena yang jarang terjadi. Sebagai contoh, sebagian santri mengalami tekanan emosional akibat keterpisahan dengan keluarga dalam jangka waktu tertentu. Kondisi tersebut dikenal sebagai homesickness, yang apabila tidak ditangani dengan baik dapat berdampak pada menurunnya motivasi dan semangat belajar santri(Hidayat,2019). Selain itu, ada santri yang mengalami kesulitan mengikuti pola hidup disiplin di pesantren, seperti bangun pagi untuk sholat subuh berjamaah, menghafal Al-Qur'an, dan menghadiri kajian agama sepanjang hari.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara ke santri baru pada tanggal 25 Oktober 2024 mengenai adaptasi santri baru di Pondok Pesantren Al Fiel Kesugihan Cilacap menunjukkan bahwa sebagian besar santri baru menghadapi kendala dalam proses adaptasi. Tantangan utama yang dialami adalah kesulitan membagi waktu antara kegiatan pesantren, seperti belajar, ibadah, dan aktivitas lainnya, dengan kebutuhan pribadi mereka. Selain itu, peraturan pesantren yang cukup ketat juga menjadi faktor yang memengaruhi kemampuan santri untuk menyesuaikan diri. Beberapa santri merasa sulit untuk langsung beradaptasi dengan sistem disiplin yang diterapkan, terutama mereka yang sebelumnya belum terbiasa dengan pola hidup terstruktur seperti di pesantren. Kondisi ini menunjukkan bahwa proses adaptasi masih membutuhkan waktu dan dukungan tambahan, baik melalui pendampingan intensif dari pengurus

maupun program pembinaan khusus untuk membantu santri baru menyesuaikan diri secara lebih efektif.

Kesulitan santri baru dalam beradaptasi dipengaruhi oleh keterbatasan referensi atau panduan yang dimiliki dalam menghadapi berbagai permasalahan selama masa penyesuaian diri. Sebagian besar santri baru belum memiliki pengalaman yang memadai dalam menyelesaikan masalah, mengelola emosi, maupun mengambil keputusan yang sesuai dengan kehidupan di pesantren. Kondisi tersebut menyebabkan santri merasa kebingungan, mengalami stres, serta dalam beberapa kasus menunjukkan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Dalam layanan bimbingan dan konseling, terdapat berbagai teknik yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan adaptasi santri baru, salah satunya adalah metode problem solving. Metode ini memberikan kerangka berpikir yang sistematis bagi santri untuk mengidentifikasi masalah, mengevaluasi berbagai alternatif solusi, serta mengambil keputusan secara efektif. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji penerapan metode problem solving sebagai upaya membantu santri dalam menghadapi berbagai tantangan selama masa adaptasi di pesantren. Ketidakmampuan santri baru dalam beradaptasi dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, antara lain stres, rendahnya motivasi belajar, serta munculnya keinginan untuk meninggalkan pesantren(Nahak, Upa, and Apriliana 2023).

Dalam pelaksanaan proses konseling pada penelitian ini, peneliti menggunakan layanan konseling kelompok. Konseling kelompok merupakan salah satu bentuk layanan bimbingan dan konseling yang dinilai efektif, karena melalui konseling kelompok individu diharapkan dapat berkembang sesuai dengan tahap perkembangannya serta permasalahan yang dihadapi dapat diatasi secara optimal. Konseling kognitif perilaku memiliki berbagai teknik dan metode yang dapat diterapkan dalam proses konseling. Salah satu metode yang dianggap efektif adalah metode problem solving. Metode problem solving merupakan strategi dalam pendekatan kognitif perilaku yang bertujuan melatih individu untuk menghadapi dan menyelesaikan permasalahan dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan utama dari metode ini adalah membantu individu mengidentifikasi solusi yang paling tepat terhadap masalah yang dihadapi, sekaligus memberikan pelatihan keterampilan kognitif secara sistematis (Budi Astuti, 2019).

Metode problem solving mempunyai tiga sampai empat tahap dalam proses pelaksanaan problem solving. Tahapan-tahapan tersebut merupakan proses yang harus dilalui dari awal sampai akhir. Proses tahapannya sebagai berikut, Tahap awal (mengenal masalah), Tahap operasi (mengambil tindakan untuk pemecahan masalah), dan tahap mencapai tujuan yang diinginkan (menghilangkan masalah) (Eskin, 2013: 16). Proses dilakukan dengan tepat dan tidak sembarangan karena ada tekniknya. Metode problem

solving juga memiliki beberapa teknik untuk melaksanakan tahapan-tahapan tersebut untuk menyelesaikan permasalahan siswa

Metode problem solving merupakan salah satu teknik yang bertujuan untuk merangsang kemampuan berpikir individu dengan memanfaatkan wawasan serta gagasan yang dikemukakan oleh peserta konseling, sementara konselor berperan sebagai fasilitator yang mengamati dan menghargai setiap pemikiran serta pendapat yang disampaikan. Melalui penerapan metode problem solving, individu memperoleh sudut pandang dan pemahaman baru mengenai diri sendiri, serta pengetahuan yang lebih mendalam terkait perilaku yang dimilikinya. Selain itu, individu menjadi lebih mampu dalam mengatasi kesulitan dan menangani berbagai permasalahan yang dihadapi. Proses keterbukaan yang didukung oleh berbagai pihak memungkinkan individu menempatkan dirinya secara lebih positif, sehingga mampu menangkap dan mengembangkan pola pikir yang konstruktif. Komunikasi yang terjalin dengan baik dalam proses ini akan membangun hubungan yang bermakna antarindividu, yang pada akhirnya mendorong berkembangnya keterbukaan diri dan penguatan konsep diri yang positif secara optimal (Asna, Najla, Endang,2022).

Metode problem solving merupakan metode utama yang memiliki berbagai manfaat dalam upaya mencegah dan mengatasi permasalahan. Salah satu manfaat dari metode ini adalah kemampuannya dalam merangsang proses berpikir peserta didik serta mendorong pemanfaatan

wawasan yang dimiliki tanpa menilai kualitas pendapat yang disampaikan. Dalam penerapannya, pendidik atau konselor dituntut untuk mampu menciptakan suasana yang kondusif serta menstimulasi peserta didik agar berani mengemukakan ide dan pendapatnya secara aktif (Millatun Khanifah,2020). Penelitian yang menerapkan metode problem solving telah banyak dilakukan, salah satunya penelitian mengenai adaptasi yang menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara penyesuaian diri dengan keterampilan problem solving pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Kota Kupang. Temuan penelitian tersebut dapat dijadikan sebagai sumber rujukan bagi guru bimbingan dan konseling dalam memberikan perhatian serta layanan profesional yang lebih optimal. Upaya tersebut bertujuan untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa yang memiliki keterkaitan langsung dan positif dengan keterampilan problem solving, baik di lingkungan sekolah, keluarga, maupun masyarakat (Maria, Muhamad, Putu Agus Apriliana,2023). Penelitian lain yang mengkaji pengaruh metode problem solving terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik melalui layanan bimbingan kelompok menunjukkan hasil yang positif. Hal tersebut ditunjukkan oleh peningkatan skor pada hasil post-test setelah pelaksanaan layanan, serta adanya perubahan sikap dan meningkatnya keaktifan peserta didik dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari (Anggis Pratiwi, 2018, Idayanti, Nurlaela, Ferdiansya,2022).

Metode problem solving memiliki kelebihan dan keterbatasan dalam penerapannya. Kelebihan metode ini antara lain mampu melatih peserta didik untuk terbiasa menganalisis permasalahan, termasuk memahami hubungan sebab dan akibat, serta mengaitkan materi dan pengetahuan yang telah dipelajari dengan kondisi nyata dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, metode problem solving sangat sesuai diterapkan pada peserta didik dengan kemampuan intelektual yang tinggi karena dapat mengembangkan kreativitas dalam merumuskan berbagai alternatif solusi, termasuk solusi inovatif yang belum pernah ditemukan sebelumnya. Adapun keterbatasan metode problem solving lebih berkaitan dengan peran pendidik. Pendidik yang terbiasa menggunakan pendekatan pembelajaran berbasis buku teks atau hanya memberikan tugas perlu melakukan penyesuaian apabila ingin menerapkan metode ini. Oleh karena itu, perencanaan dan persiapan yang matang menjadi hal yang sangat penting agar metode problem solving dapat diterapkan secara efektif dalam proses pembelajaran (Panggabea, 2021).

Oleh sebab itu, pesantren perlu menerapkan metode yang efektif dalam upaya meningkatkan kemampuan adaptasi santri baru. Salah satu pendekatan yang dianggap relevan adalah metode problem solving. Metode ini mencakup proses mengenali permasalahan, mengeksplorasi berbagai alternatif solusi, serta melaksanakan keputusan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi (Corey, 2017). Metode *problem solving* tidak hanya membantu individu mengatasi masalah yang mereka hadapi, tetapi juga

meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan pengambilan keputusan, yang keduanya berkontribusi pada peningkatan adaptasi. Penelitian sebelumnya menunjukkan efektivitas metode *problem solving* dalam berbagai konteks. Misalnya, penelitian oleh Hidayah (2015) Penelitian menunjukkan bahwa metode problem solving efektif dalam meningkatkan kemampuan adaptasi mahasiswa yang tinggal di asrama. Namun, penerapan metode ini dalam konteks pesantren masih jarang diteliti secara mendalam, sehingga membuka peluang untuk kajian lebih lanjut. Kehidupan di pesantren berpotensi mengembangkan kemampuan problem solving pada santri, tetapi kemampuan tersebut baru terbentuk setelah santri melewati berbagai proses penyelesaian masalah.

Metode *Problem Solving*, dapat membuat santri tidak hanya dapat bertahan di lingkungan pesantren tetapi juga berkembang dan mencapai potensi terbaiknya. Penelitian ini berfokus pada efektivitas pendekatan *problem solving* dalam meningkatkan kemampuan adaptasi bagi santri baru di Pondok Pesantren Al Fiel, Kesugihan, Cilacap. Pemilihan Pondok Pesantren Al Fiel sebagai lokasi penelitian didasarkan pada beberapa alasan, salah satunya adalah karena pesantren ini menerima santri dari berbagai latar belakang, baik sosial, budaya, maupun ekonomi. Keberagaman ini menambah tantangan adaptasi bagi santri baru, sehingga mereka harus berusaha lebih keras untuk bisa menyesuaikan diri. Sebagai lembaga pendidikan yang memadukan aspek akademik dan keagamaan,

Pondok Pesantren Al Fiel menekankan pentingnya keseimbangan antara ilmu pengetahuan dan pembinaan karakter. Salah satu tujuan utama dari pendidikan di pesantren ini adalah membentuk pribadi yang tidak hanya berilmu, tetapi juga berakhlak mulia dan mampu menghadapi tantangan hidup dengan baik.

Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk mengetahui seberapa efektif metode *problem solving* dalam membantu santri baru di Pondok Pesantren Al Fiel meningkatkan kemampuan adaptasi mereka. Melalui hasil penelitian ini, diharapkan dapat dirumuskan strategi pembinaan yang tepat untuk membantu santri baru beradaptasi dengan lingkungan pesantren. Dari uraian latar belakang masalah tersebut, menjadi alasan bagi peneliti untuk meneliti dan memilih judul **“EFEKTIVITAS *PROBLEM SOLVING* UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN ADAPTASI BAGI SANTRI BARU”**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang masalah sebelumnya peneliti dapat menentukan identifikasi masalah yang ada diantaranya:

1. Sebagian besar santri baru di Pondok Pesantren Al Fiel mengalami kesulitan beradaptasi dengan lingkungan pesantren yang memiliki aturan, budaya, dan rutinitas berbeda dari kehidupan sebelumnya.

2. Ketidakmampuan santri baru untuk beradaptasi menyebabkan berbagai dampak negatif, seperti stres, rendahnya motivasi belajar, dan keinginan untuk keluar dari pesantren.
3. Tidak adanya panduan atau referensi yang memadai bagi santri baru untuk mengelola emosi, menyelesaikan masalah, atau mengambil keputusan dalam lingkungan pesantren.
4. Pentingnya *Problem Solving* dan bisa dimiliki oleh santri tetapi tidak diajarkan di awal. Ketika santri baru.
5. Penelitian sebelumnya menunjukkan efektivitas teknik problem solving dalam berbagai konteks, tetapi penggunaannya dalam lingkungan pesantren masih jarang dieksplorasi secara mendalam.

C. Pembatasan Masalah

Untuk mencapai hasil penelitian yang baik, maka perlu dilakukan pembatasan masalah. Pembatasan masalah diperlukan agar penelitian tidak keluar dari topik permasalahan, maka perlu dilakukan pembatasan dari beberapa masalah yang ada. Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, peneliti memberi batasan dalam penelitian ini, yaitu Efektivitas *problem solving* untuk meningkatkan kemampuan adaptasi bagi santri baru di pondok pesantren Al Fiel Kesugiahnan Cilacap.

D. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat kemampuan adaptasi santri baru di pondok pesantren Al Fiel Kesugihan Cilacap?
2. Bagaimana keefektivan teknik *problem solving* dalam meningkatkan kemampuan adaptasi bagi santri baru di pondok pesantren Al Fiel Kesugihan Cilacap?

E. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat profil tingkat adaptasi santri baru di Pondok Pesantren Al Fiel serta mengukur efektivitas proses adaptasi.
2. Untuk mengetahui tingkat efektivitas metode *problem solving* dalam meningkatkan kemampuan adaptasi santri baru.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis
 - a. Memberikan kontribusi pada penerapan tehnik konseling, khususnya dalam penerapan metode *problem solving* untuk meningkatkan kemampuan adaptasi individu di lingkungan pesantren.
 - b. Menambah referensi akademik mengenai efektivitas teknik *problem solving* dalam mendukung proses adaptasi dalam lingkungan pendidikan berbasis agama.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pesantren

- 1) Memberikan panduan dalam menyusun program pembinaan yang efektif untuk membantu santri baru beradaptasi dengan lingkungan pesantren.
- 2) Meningkatkan kualitas pendampingan bagi santri baru melalui penerapan teknik *problem solving*.

b. Bagi Santri

- 1) Membantu santri memahami cara menyelesaikan masalah dan menghadapi tantangan adaptasi dengan lebih efektif.
- 2) Meningkatkan kemampuan berpikir kritis, pengambilan keputusan, dan pengelolaan emosi, sehingga dapat mendukung proses adaptasi.

c. Bagi Peneliti Lain

- 1) Memberikan dasar dan inspirasi untuk penelitian lebih lanjut tentang penerapan metode *problem solving* dalam konteks pendidikan atau adaptasi di lingkungan lain.