

**KONSELING INDIVIDU DALAM MENGATASI PROBLEMATIKA
PENYESUAIAN DIRI SANTRI ASAL AMERIKA DI PONDOK TAHFIDH
PUTRI YANBUUL QUR'AN 2 MURIA KUDUS
(*One Case Study*)**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI)

Oleh:

HILMA AINIYAH

1901016036

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
2023**

NOTA PEMBIMBING

Lamp. :-
Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.


Setelah membaca, mengadakan koreksi dan melakukan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa naskah skripsi saudara :

Nama : Hilma Ainiyah
NIM : 1901016036
Fak./Jur. : Dakwah dan Komunikasi / BPI
Judul Skripsi : Konseling Individu dalam Mengatasi Problematika Penyesuaian diri santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an 2 Muria
(*One Case Study*)

Dengan ini kami menyatakan telah menyetujui naskah tersebut, dan oleh karenanya mohon agar segera diujikan.
Atas perhatiannya kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 07 Juni 2023
Pembimbing,


Yuli Nurkhasanah S.Ag., M.Hum

NIP.197107201997032005

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “KONSELING INDIVIDU DALAM MENGATASI PROBLEMATIKA PENYESUAIAN DIRI SANTRI ASAL AMERIKA DI PONDOK TAHFIDH PUTRI YANBUUL QUR’AN 2 MURIA KUDUS (One Case Study)”, merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Demikian pula skripsi ini tidak berisi fikiran-fikiran orang lain, melainkan informasi yang terdapat dalam penelitian ini diambil dari referensi yang dijadikan bahan rujukan.

Semarang, 7 Juni 2023

Penulis

Hilma Ainiyah

NIM: 1901016036

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis haturkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufiq, hidayah serta inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, Sholawat serta salam tetap tercurahkan kepada Nabi Agung Muhammad SAW, yang telah membawa kita dari zaman jahiliyah menuju zaman keIslaman. Semoga kita mendapatkan syafaatnya kelak di yaumul qiyamah. Amin.

Skripsi yang berjudul yang berjudul “Konseling Individu dalam Mengatasi Problematika Penyesuaian diri Santri Asal Amerika di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur’an 2 Muria (*One Case Study*)” ini dapat terselesaikan, disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata satu (S.1) Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang. Penulis menyadari bahwa skripsi ini belum dapat dikatakan sempurna. Namun berkat keyakinan, kerja keras, motivasi, dukungan, arahan, do’a dan bimbingan dari berbagai pihak menjadikan penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, secara khusus penulismengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. KH. Imam Taufiq, M.Ag. selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Bapak Prof. Dr. H. Ilyas Supena, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
3. Ibu Dr. Ema Hidayanti, S. Sos.I., M.S.I dan Ibu Widayat Mintarsih, M.Pd, selaku Ketua dan sekretaris Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
4. Ibu Yuli Nur Khasanah, M.Hum, selaku dosen wali sekaligus pembimbing yang telah membimbing, mengarahkan dan memberikan motivasi kepada penulis dari awal masuk kuliah sampai sekarang.
5. Bapak Ibu Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang telah mengantarkan penulis mulai dari awal hingga akhir studi.
6. Kedua Orang tua tercinta, Bapak Muhdi & Ibu Handarini yang doa-doanya senantiasa mengiringi setiap langkah penulis.
7. Adik laki-laki tercinta, Imada Shidqi Ahmad yang selalu menghibur dan memberi semangat. penulis
8. Keluarga kedua, KKN-MMK 45 yang telah memberikan banyak waktunya untuk

berbagi canda dan tawa.

9. KMKS Walisongo yang telah menjadi tempat pulang penulis selama menimba ilmu di UIN Walisongo Semarang
10. UKM-U Anniswa yang telah menjadi wadah untuk penulis bertumbuh dan berproses selama menimba ilmu di UIN Walisongo Semarang
11. Sobat sambat tercinta, Fara Tiara Haziz, Shofinatus Sa'idah, Syam Khoiruzzadid Taqwa yang selalu ada membantu dan mendengarkan keluh kesah penulis selama penyusunan skripsi ini
12. Sahabat sejiwa Raudhatuzzahra Fitria & Devy Midayatus shofa yang selalu menemani dan memberi semangat penulis

Semoga Allah SWT. membalas pengorbanan dan kebaikan mereka semua dengan sebaik-baiknya. Pada akhirnya penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini belum mencapai kesempurnaan dalam arti sebenarnya, namun penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri khususnya dan para pembaca umumnya.

Semarang, 7 Juni 2023

Penulis

Hilma Ainiyah

NIM: 1901016002

PERSEMBAHAN

Skripsi ini

Saya persembahkan untuk:

Bapak dan Ibu Tercinta,

Muhdi & Handarini

MOTTO

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُم مِّن دُونِهِ مِن وَالٍ

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia.”

(Q.S Ar Ra'd:11)

ABSTRAK

Hilma Ainiyah (1901016036)

Judul Skripsi : “Konseling Individu dalam Mengatasi Problematika Penyesuaian diri Santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Putri Yanbu’ul Qur’an 2 Muria (*One Case Study*)

Penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan jiwa/mental individu. Penyesuaian diri merujuk pada kemampuan individu untuk beradaptasi dengan lingkungan fisik, sosial, dan psikologis mereka. Ini melibatkan keseimbangan antara kebutuhan individu dan tuntutan yang ada di sekitar mereka. Konseling merupakan alternatif solusi yang efektif bagi individu yang mengalami masalah dalam menyesuaikan diri. Konseling adalah proses yang melibatkan hubungan kerja sama antara seorang konselor yang terlatih dan klien dalam mencari pemahaman, pengembangan keterampilan, dan menemukan solusi yang sesuai dengan masalah yang dihadapi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan konseling individu dalam mengatasi problematika penyesuaian diri santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur’an 2 Muria. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan menggunakan deskriptif yaitu: pengumpulan data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa, Problematika penyesuaian diri yang dialami santri amerika disebabkan oleh perbedaan bahasa, budaya, dan pola hidup, akibatnya, ia mengalami kesedihan dan kesepian, rasa kurang percaya diri, *homesick* yang berlebihan dan enggan berhubungan dengan orang lain. Konseling Individu dalam mengatasi problematika penyesuaian diri diketahui sudah sesuai dengan teori yang ada. Pada tahapan pelaksanaan konselingnya meliputi 3 tahapan, tahap awal (*assessment*), tahap pertengahan (*inti*), dan tahap akhir (*kesimpulan dan evaluasi*).

Melalui konseling individu, santri asal Amerika dapat mengatasi problematika penyesuaian dirinya dan meraih kehidupan yang harmonis dan seimbang, setelah proses pelaksanaan konseling, ia mendapatkan pemahaman yang baru akan dirinya yang lebih baik, mulai berpikir ulang dan mampu membuat keputusan yang lebih tepat.

Kata kunci: Penyesuaian diri, Konseling Individu, Santri asal Amerika.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
PERNYATAAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
PERSEMBAHAN	iv
MOTTO	v
ABSTRAK	iv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan masalah	6
C. Tujuan penelitian	7
D. Manfaat penelitian	7
E. Tinjauan Pustaka.....	7
F. Metode Penelitian	10
G. Sistematika penulisan	16
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Konseling Individu	17
1. Pengertian Konseling Individu	17
2. Tujuan Konseling Individu	18
3. Tahapan Konseling Individu.....	20
4. Konseling Individu dalam Islam.....	21
B. Penyesuaian Diri	22
1. Pengertian Penyesuaian diri.....	22
2. Bentuk Penyesuaian diri.....	23
3. Kriteria Penyesuaian diri.....	27
4. Aspek-aspek Penyesuaian diri	30
5. Faktor yang mempengaruhi Penyesuaian diri.....	32
6. Problematika Penyesuaian Diri	35
C. Urgensi Konseling Individu terhadap Penyesuaian diri	38
BAB III HASIL PENELITIAN	

A. Gambaran Umum.....	41
1. Sejarah PTPYQ 2 Muria	41
2. Visi, Misi, dan Tujuan PTPYQ 2 Muria	42
3. Struktur Kepengurusan Lembaga PTPYQ 2 Muria	45
4. Kegiatan Kepesantrenan	46
5. Fasilitas yang dimiliki PTPYQ 2 Muria	48
6. Biografi Santri asal Amerika	49
B. Problematika Penyesuaian Diri Santri Asal Amerika di PTPYPQ 2 Muria	49
C. Pelaksanaan Konseling Individu dalam mengatasi Problematika Penyesuaian Diri Santri Asal Amerika di PTPYPQ 2 Muria	55
 BAB IV ANALISIS	
A. Analisis Problematika Penyesuaian Diri Santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria.....	66
B. Analisis Pelaksanaan Konseling Individu dalam mengatasi Problematika Penyesuaian diri Santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria	73
 BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	82
B. Saran.....	82
C. Penutup.....	84
 DAFTAR PUSTAKA	86
LAMPIRAN-LAMPIRAN	91
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	101

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk sosial, yang dalam kehidupannya selalu membutuhkan orang lain. Manusia dalam kehidupan kesehariannya tidak akan pernah terbebas dari berbagai perasaan yang tidak menyenangkan. Seseorang dikatakan tidak mampu menyesuaikan diri apabila kesedihan, kekecewaan, atau keputusasaan itu berkembang dan mempengaruhi fungsi fisiologis dan psikologisnya. Individu menjadi tidak mampu menggunakan pikiran dan sikap dengan baik sehingga tidak mampu mengatasi tekanan-tekanan yang muncul dengan jalan yang baik. Sebaliknya, seseorang dikatakan mempunyai penyesuaian diri yang berhasil apabila ia mencapai kepuasan dalam usahanya memenuhi kebutuhan, mengatasi ketegangan, bebas dari berbagai hambatan psikologis, frustrasi, dan konflik.¹

Manusia selalu berhubungan dan saling berinteraksi dimanapun individu berada, karena akan berhadapan dengan harapan dan tuntutan tertentu dari lingkungan yang harus dipenuhi, disamping itu individu juga memiliki kebutuhan, harapan dan tuntutan di dalam dirinya yang harus diselaraskan dengan tuntutan lingkungan. Penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan jiwa/mental individu. Penyesuaian diri penting sebagai usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungan, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan dan emosi negatif yang lain sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis.²

Masalah-masalah dalam penyesuaian diri sering terjadi pada remaja, dalam masa perkembangannya, pribadi remaja mengalami banyak masalah dalam masa penyesuaian diri bila dibandingkan dengan masa-masa sebelumnya, karena pada masa anak-anak cukup tenang dan bahagia, sedangkan dalam masa pertumbuhan-nya karena mengalami ketegangan batin akibat dari ingin lepasnya ke-tergantungan dan pengawasan dari orang lain menuju kebebasan dari pengawasan dan pengekan orang dewasa. Seringkali

¹ Ghufroon & Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), Hal.50

² Nur zahara, "Hubungan kemandirian Dengan penyesuaian diri pada santri baru di pondok pesantren diniyah putri Lampung", *Skripsi Fakultas Ushuludin dan Studi Agama*, UIN Raden Intan Lampung, 2020, Hal. 14

dalam masa penyesuaian diri seseorang mengalami rasa resah, kecewa, kebencian, dan keputusasaan.

Kegagalan dalam penyesuaian diri disebabkan adanya faktor-faktor pengalaman terdahulu yang pernah dialami seseorang. Jika seseorang individu di masa kanak-kanak banyak mengalami rintangan hidup dan kegagalan maka frustrasi dan konflik yang pernah dialaminya dulu itu merupakan penyebab dari kegagalan penyesuaian diri waktu dewasa, demikian pula sebaliknya, jika seseorang banyak mendapat keberhasilan dan kebahagiaan di masa kanak-kanak dalam penyesuaian dirinya, maka seseorang akan memandang positif dan optimis terhadap segala masalah baru yang ia hadapi.³

Banyak individu yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya, karena ketidak-mampuannya dalam menyesuaikan diri, baik dengan kehidupan keluarga, sekolah, pekerjaan dan dalam masyarakat pada umumnya. Individu harus melakukan interaksi yang baik antar anggota masyarakat dan lingkungan untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Kehidupan secara alamiah mendorong manusia untuk terus-menerus menyesuaikan diri. Individu yang memiliki masalah dalam menyesuaikan dirinya membutuhkan alternatif solusi melalui konseling. Konseling merupakan bantuan yang diberikan seorang profesional (Konselor) kepada klien untuk mengatasi masalahnya.

Dalam al Qur'an surat al-isra' ayat 15, dijelaskan pentingnya seseorang harus menyesuaikan diri dengan lingkungannya. al Qur'an surat al-isra' ayat 15 yang berbunyi:

مَنْ اهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ وَمَنْ ضَلَّٰ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ ۗ وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ حَتَّىٰ تَبْعَثَ رَسُولًا.

Artinya : “Barangsiapa berbuat sesuai dengan petunjuk (Allah), maka sesungguhnya itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri; dan barang siapa tersesat maka sesungguhnya (kerugian) itu bagi dirinya sendiri. Dan seorang yang berdosa tidak dapat memikul dosa orang lain, tetapi Kami tidak akan menyiksa sebelum Kami mengutus seorang rasul.”

Konseling sangat erat kaitannya dengan dakwah dalam agama Islam. dakwah pada pokoknya berarti ajakan atau panggilan yang diarahkan pada masyarakat luas untuk menerima kebaikan dan meninggalkan keburukan. Sama halnya dengan konseling, dakwah merupakan usaha untuk menciptakan situasi yang lebih baik sesuai

³ Silfia Rahmah, “Asmidir Ilyas & Nurfarhanah, Masalah-Masalah Yang Dialami Anak Panti Asuhan Dalam Penyesuaian Diri Dengan Lingkungan”, *Konselor Volume 3 | Number 3 | Sept 2014*, 106

dengan ajaran Islam di semua bidang kehidupan.⁴ Pentingnya berdakwah dalam Islam telah dijelaskan dalam surat an-nahl ayat 125 yang berbunyi :

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

Artinya: “Serulah (manusia) kepada jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pengajaran yang baik, dan berdebatlah dengan mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu, Dialah yang lebih mengetahui siapa yang sesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui siapa yang mendapat petunjuk.”

Berdasarkan ayat tersebut, dapat disimpulkan bahwa peranan konseling sangat penting dalam kehidupan, khususnya terhadap penyesuaian diri individu, dengan tujuan membantu agar individu mampu beradaptasi dan memiliki hubungan yang baik dengan lingkungannya.

bid Kabid Litbang Pendidikan Keagamaan sekaligus penanggung jawab penelitian, Muhamad Murtadlo, menyatakan, berdasarkan studi awal yang dilakukan ke beberapa provinsi, ditemukan bahwa jumlah santri luar negeri yang belajar di pesantren di Indonesia cukup banyak. Pada studi awal, jumlahnya bahkan mencapai 1.504 santri, dengan sebaran: 948 santri di Jawa Timur, 338 santri di Jawa Tengah, 107 santri di Jawa Barat, 9 santri di Banten, 39 santri di Yogyakarta, 45 santri di Aceh, 5 santri di Sulawesi Selatan, dan 18 santri di NTB. Jumlah ini kemungkinan masih terus bertambah dari pesantren yang belum memberikan laporan.

Provinsi dengan jumlah santri luar negeri terbesar adalah Jawa Timur, yaitu di Pesantren Temboro (Magetan) dan Pesantren Gontor 3 di Kediri. Selain itu, ada juga beberapa pesantren dengan lebih 50 santri dari luar negeri, yaitu: Pesantren Wahid Hasyim di Semarang, Pesantren Sirojul Muhlasin di Magelang, dan Pesantren Darul Habib di Sukabumi Jawa Barat. Santri luar negeri pada awal mereka belajar di pesantren di Indonesia banyak yang mengalami masalah. Masalah tersebut antara lain terkait adaptasi budaya, penyesuaian bahasa, proses belajar mengajar dan makanan sehari-hari.⁵

Salah Satu Pesantren Tahfidh di Jawa Tengah yang menerima Santri asal luar negeri adalah Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria. Pondok Pesantren ini

⁴ Marzuqi Agung Prasetya, “Korelasi Antara Bimbingan Konseling Islam Dan Dakwah”, Stikes Muhammadiyah Kudus *Addin Vol. 8, No. 2*, Agustus 2014. 413.

⁵<https://kemenag.go.id/read/kemenag-kaji-pelayanan-santri-luar-negeri-di-indonesia-zv41e> Diakses Pada 25 Oktober 2022, Pukul 11.13 Wib.

merupakan Pondok Tahfidh putri pertama di Kabupaten Kudus, yang memadukan antara program tahfidh dan sekolah formal pada tingkat Madrasah Tsanawiyah (Mts) dan Madrasah Aliyah (MA). Nama Pondok Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an 2 Muria adalah pemberian dari Romo KH. Mc. Ulin Nuha Arwani, karena Pondok dan Madrasah ini berada di bawah naungan Yayasan Arwaniyyah. Kata "Muria" di belakang, karena Pondok ini berlokasi di Kawasan Kangjeng Sunan Muria (Gunung Muria). Teriring harapan, Pondok ini mendapatkan barokah dari Dua Tokoh Istimewa; As-Sayyid (R.) Umar Said (Kangjeng Sunan Muria) dan Hadhrotusy-Syaikh KH. Arwani Amin Said (Pendiri Pondok Tahfidh Yanbu'ul Qur'an).

PTPYQ 2 Muria berdiri atas kerjasama Yayasan Masjid dan Makam Sunan Muria (YM2SM) sebagai Penyelenggara, dengan Yayasan Arwaniyyah Kudus sebagai induk utama bagi program Tahfidhnya⁶. Terhitung sampai sekarang terdapat sekitar 600 santri dari dalam provinsi maupun luar provinsi. Bahkan terdapat juga beberapa santri dari luar negeri. Banyak santri dari negara lain ini yang mengalami kesusahan dalam berinteraksi dengan santri yang berasal dari Indonesia sebagai pembawa budaya lokal (host culture), karena mereka membawa budaya dan bahasa yang berbeda dari negara mereka masing-masing. Kesulitan dan kesalahpahaman dalam berinteraksi ini disebabkan oleh dua hal, yaitu kecemasan (anxiety) dan ketidakpastian (uncertainty)⁷.

Santri yang penyesuaian dirinya normal terbebas dari perasaan frustrasi pribadi. Perasaan frustrasi membuat sulit bereaksi normal terhadap masalah. Individu yang merasa frustrasi akan mengganti reaksi normal dengan mekanisme psikologis atau reaksi lain yang sulit dalam menyesuaikan diri seperti sering marah tanpa sebab ketika bergaul dengan orang lain⁸

Menurut hasil wawancara terbatas dengan salah satu konselor di Pondok Tahfidh Yanbuul Qur'an 2 Muria (Ibu Titik Purwanti S.Pd, Wawancara Juni 2022), terdapat satu santri asal Amerika yang kedatangannya ke Indonesia adalah untuk belajar agama dan menghafal Al Qur'an. Terbiasa hidup dinegara dengan budaya barat yang kemudian harus berpindah ke Indonesia yang dikenal dengan budaya ketimurannya tentu bukanlah

⁶<https://www.arwaniyyah.com/ptpyq-muria> Diakses Pada 27 September 2022 Pukul 22.52 Wib

⁷Faisal Rifaldy. "Adaptasi Santri Baru Luar Negeri Di Pondok Modern Darussalam Gontor", *Sahafa Journal Of Islamic Communication*, Vol.2, No.1 Juli 2019 Hal. 50

⁸ Nuryani, "Dampak Kesulitan Menyesuaikan Diri Pada Santri", *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* Vol. 4 No. 1, Desember 2019, Hal.176

hal yang mudah. Dengan perbedaan bahasa, budaya, suku dan ras yang tentu menjadi kendala saat berkomunikasi dengan lingkungannya, butuh waktu yang tidak sebentar untuk menyesuaikan diri dengan setiap hal yang ada. Penyesuaian diri sangat penting dimiliki santri di Pondok Pesantren. Kemampuan penyesuaian diri berpengaruh positif terhadap berbagai aktivitas baik di dalam maupun di luar Pesantren.

Menurut hasil wawancara singkat dengan Santri asal Amerika (Ammarah bekker), ia mengaku kesulitan berkomunikasi dengan teman-teman dan orang-orang dilingkungan sekitar & harus didampingi guru bahasa Inggris. Ammarah juga menerangkan bahwa ia merasakan *culture shock* berat dengan Indonesia, apalagi masalah kedisiplinan. Contoh kecil yang ia rasakan, karena terbiasa hidup disiplin di Amerika, ia mengaku sering berdiri sendiri dilapangan upacara jauh sebelum pukul 7 pagi upacara dimulai. Lebih jelas lagi ia menegaskan bahwa perlu belajar dengan keras untuk menyesuaikan diri. Alasan utama ia memilih Pondok Tahfidh Yanbuul Qur'an 2 Muria ini adalah program tahfidhnya.

Menurut hasil wawancara dengan Ibu Jumiah (Guru Bahasa Inggris pendamping), beliau menjelaskan bahwa sejak dari awal memang santri dari Amerika ini perlu pendampingan khusus dalam berkomunikasi dengan orang dilingkungan sekitar, sampai sekarang pun sedikit-sedikit sudah belajar bahasa Indonesia. Untuk penyesuaian akademik memang pelan-pelan untuk beradaptasi tetapi target tahfidhnya harus diprioritaskan.

Berbagai masalah yang membuat santri asal Amerika tidak bisa menikmati suasana bahkan enggan untuk mengikuti kegiatan-kegiatan yang ada di Pondok disebabkan karena beberapa factor, terutama kesulitan dalam hal komunikasi antara santri lokal dengan santri yang berasal dari luar negeri. Tidak hanya komunikasi, perbedaan cuaca, culture, gaya hidup dan penampilan juga menjadi kendala dalam penyesuaian diri santri asal Amerika. Menanggapi permasalahan tersebut, bimbingan konseling Islam menawarkan sebuah cara yang tepat dalam menangani hal-hal yang terkait dengan problematika penyesuaian diri yaitu dengan memberikan layanan konseling individu, dimana dalam konseling individu konselor berfokus pada permasalahan dengan satu klien.

Peneliti memilih penyesuaian diri bagi santri asal Amerika, karena tidak semua santri bisa menyesuaikan diri dengan baik, baik menyesuaikan diri dengan teman-temannya bahkan dengan lingkungan pondok. Menanggapi masalah tersebut, maka dari sinilah menurut peneliti, perlunya meneliti dan menganalisa keadaan tersebut (penyesuaian diri), meneliti apa saja hambatannya dalam menyesuaikan diri, dan bagaimana peran konseling dalam mengatasi problem tersebut. Karena semakin dapat kita mengenal segi-segi gejala tersebut, maka semakin dapat pula kita menciptakan kebahagiaan yang lebih banyak bagi manusia melalui penyesuaian diri.⁹

Berdasarkan uraian permasalahan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di Pondok Tahfidh Yanbuul Qur'an 2 Muria, mengingat pondok pesantren ini adalah pondok unggulan berbasis Al-Qur'an. Maka, dari fenomena tersebut peneliti melakukan penelitian dengan judul "KONSELING INDIVIDU DALAM MENGATASI PROBLEMATIKA PENYESUAIAN DIRI SANTRI ASAL AMERIKA DI PONDOK TAHFIDH PUTRI YANBUUL QUR'AN 2 MURIA KUDUS (One Case Study)"

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana Problematika Penyesuaian diri Santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Yanbuul Qur'an 2 Muria???
2. Bagaimana Pelaksanaan layanan konseling individu dalam mengatasi problematika Penyesuaian diri Santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Yanbuul Qur'an 2 Muria???

C. Tujuan

1. Menganalisis dan mendeskripsikan Problematika Penyesuaian diri Santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Yanbuul Qur'an 2 Muria???
2. Menganalisis dan mendeskripsikan pelaksanaan layanan konseling individu dalam mengatasi problematika Santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Yanbuul Qur'an 2 Muria???

⁹ Musthofa Fahmi, *Penyesuaian Diri, Pengertian Dan Peranannya Dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1982), Hal 7-12

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoretis

Dari hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah wawasan keilmuan mengenai ilmu bimbingan dan konseling, khususnya pelaksanaan konseling individu untuk penyesuaian diri.

2. Manfaat praktis

Dari hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi Konselor atau Guru BK dalam menangani masalah upaya penyesuaian diri pada kliennya.

E. Tinjauan Pustaka

Tinjauan Pustaka ialah telaah kritis terhadap penelitian-penelitian sebelumnya untuk mengetahui posisi penelitian yang akan dilakukan peneliti dengan penelitian sebelumnya. Hal tersebut untuk mengetahui persamaan dan perbedaan dan juga keterkaitan dengan penelitian sebelumnya. Maka dalam hal ini peneliti akan menjabarkan beberapa penelitian yang mempunyai kesamaan dengan judul skripsi ini yang telah dilaksanakan oleh peneliti sebelumnya, dari penelusuran penelitian tersebut antara lain:

Pertama, dalam penelitian yang dilakukan oleh Diniatul Aliah Program studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang pada tahun 2018 yang berjudul “*Pelaksanaan Konseling Individu Dalam Mengatasi Perilaku Agresif Siswa di Mts Al-Khoiriyah Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam)*” Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang berfokus pada perilaku agresif siswa di Mts Al-khoiriyah Semarang. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa bimbingan konseling islam dapat mengatasi perilaku agresif pada siswa di MTs Al Khoiriyah Semarang setelah mendapatkan layanan konseling individu. Hasil penelitian ini juga menunjukkan adanya bahwa rata-rata perilaku agresif setelah adanya layanan konseling individu lebih rendah dibanding dengan sebelum mendapatkan layanan konseling individu. Hal ini menunjukkan layanan konseling individu yang dilakukan setelah permasalahan siswa diketahui dilakukan dengan efektif, dimana konselor bekerja sama dengan wali kelas, waka sekolah, dan juga kepala sekolah.

Persamaan dengan penelitian ini adalah, sama-sama meneliti tentang pelaksanaan konseling individu. Namun perbedaannya adalah pada focus kajian yang meneliti tentang perilaku agresif, lain dengan peneliti yang membahas tentang penyesuaian diri. Untuk objek penelitiannya juga berbeda, yakni pada penelitian sebelumnya siswa di Mts Al-khoiriyah, lain dengan peneliti yakni, santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Yanbuul Qur'an 2 Muria. Dari hasil penelitian tersebut, tidak ada kesamaan judul penelitian dengan penelitian yang akan penulis lakukan. Walaupun pada judul diatas ada yang menggunakan variabel yang sama tapi obyek dan fokus penelitiannya berbeda dengan yang lainnya.¹⁰

Kedua, dalam penelitian skripsi yang dilakukan oleh Linggarsari Devi jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Negeri Islam Sunan Kalijaga Yogyakarta, tahun 2015. Penelitian ini berjudul "*Hubungan antara Komunikasi Orang Tua-Anak dengan Penyesuaian Diri Santri di Pondok Pesantren Tradisional dan Modern*". Skripsi ini berkaitan dengan hubungan orang tua-anak dengan penyesuaian santri pada pesantren tradisional dan modern, menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara komunikasi orang tua-anak dengan penyesuaian di Pondok pesantren tradisional dan modern.

Dengan penelitian yang pernah dilakukan di atas, penelitian ini berbeda dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya karena penelitian ini menitik beratkan kepada penyesuaian diri salah satu Santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 muria Kudus, bagaimana santri menyesuaikan diri setelah masuk ke dalam pondok pesantren tersebut dan seberapa pentingnya konseling individu dalam menangani masalah tersebut. Persamaan dengan penelitian ini adalah, sama-sama meneliti tentang penyesuaian diri.¹¹

Ketiga, dalam penelitian yang dilakukan oleh Faizal Rizalih Manggala, Mahasiswa fakultas dakwah dan komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta tahun 2017 yang berjudul "*Penyesuaian diri anak dipanti sosial marsudi putra antasena*

¹⁰ Diniatul Aliah, 2018, "Pelaksanaan Konseling Individu Dalam Mengatasi Perilaku Agresif Siswa Di Mts Al Khoiriyah Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam)". *Skripsi* Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Uin Walisongo Semarang.

¹¹ Linggarsari Devi, 2015, "*Hubungan Antara Komunikasi Orang Tua-Anak Dengan Penyesuaian Diri Santri Di Pondok Pesantren Tradisional Dan Modern*", *Skripsi* Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora Universitas Negeri Islam Sunan Kalijaga Yogyakarta

Magelang Jawa Tengah" Jenis penelitian ini adalah deskriptif kualitatif yaitu berusaha mengungkapkan suatu masalah yang terjadi kemudian menganalisa informasi data yang didapat.

Adapun yang menjadi subjek penelitian adalah Penerima manfaat yang tinggal di PSMP Antasena Magelang yang sedang mendapatkan rehabilitasi sosial selama kurang dari tiga bulan, berpendidikan terakhir SD, SMP, dan SMA dan beragama Islam dan non Islam berjumlah empat orang. Sedangkan objek penelitian ini adalah masalah yang diteliti yaitu penyesuaian diri anak di PSMP Antasena Magelang. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan peneliti sama-sama meneliti tentang penyesuaian diri anak hanya saja dalam subjek dan objeknya memiliki perbedaan. Peneliti memfokuskan pada layanan konseling individu yang di peruntukkan untuk santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria Kudus.¹²

Keempat, dalam Penelitian yang dilakukan oleh Haikal Rusydi, Program studi Bimbingan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry darussalam Banda Aceh pada tahun 2019 yang berjudul "*Pelayanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Efikasi diri siswa di SMK Negeri 1 Darul Kamal Aceh besar*" dalam penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif. Hasil dari penelitian tersebut adalah dapat mengetahui lebih lanjut pelayanan konseling individual dalam meningkatkan efikasi diri siswa, serta apa saja hambatan yang terjadi saat dilakukan konseling individual.

Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah pada variabel pertama yang membahas tentang konseling individual, namun tentu juga memiliki perbedaan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, penelitian diatas membahas mengenai efikasi diri siswa sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan, peneliti mengambil fokus penyesuaian diri santri asal amerika.¹³

Kelima, dalam penelitian yang dilakukan oleh Ana Bella Puandina, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung tahun 2021 yang berjudul "*Konseling Individu dalam Mengatasi*

¹² Faizal Rizalih Manggala, 2017, "*Penyesuaian Diri Anak Dipanti Sosial Marsudi Putra Antasena Magelang Jawa Tengah*", *Skripsi* Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta.

¹³ Haikal Rusydi, 2019, "*Pelayanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Di Smk Negeri 1 Darul Kamal Aceh Besar*" *Skripsi* Program Studi Bimbingan Konseling Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Uin Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh.

Ketidakpatuhan Santri dalam Menerapkan Protocol Kesehatan Selama Pandemic Covid 19 di Pondok Pesantren Darussa'adah Lampung tengah". Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah pada variabel pertama yang membahas tentang konseling individu, namun tentu juga memiliki perbedaan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, yakni variabel kedua dan objek penelitian yang diambil.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang sudah ada disini dan hal yang menarik dari penelitian yang akan dikaji peneliti. Persamaan dari penelitian sebelumnya yaitu mengkaji tentang Konseling Individu dan Penyesuaian diri sedangkan perbedaannya disini adalah peneliti memfokuskan pada Konseling Individu dalam Mengatasi Problematika penyesuaian diri santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Yanbuul Qur'an 2 Muria.¹⁴

Dari kelima penelitian tersebut menunjukkan bahwa memang terdapat persamaan sekaligus terdapat perbedaan dengan yang akan peneliti lakukan. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang sudah ada disini dan hal yang menarik dari penelitian yang akan dikaji peneliti. Persamaan dari penelitian sebelumnya yaitu mengkaji tentang "Konseling individu dan Problematika Penyesuaian diri, sedangkan perbedaannya disini adalah peneliti memfokuskan pada Konseling Individu dalam mengatasi Problematika Penyesuaian Santri Asal Amerika di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria.

F. Metode Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kualitatif, pada penelitian ini termasuk kualitatif karena bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya, perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain-lain, secara holistik dan dengan cara deskriptif dalam bentuk kata-kata dan bahasa pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai

¹⁴ Ana Bella Puandina, 2021, "*Konseling Individu Dalam Mengatasi Ketidakpatuhan Santri Dalam Menerapkan Protocol Kesehatan Selama Pandemic Covid 19 Di Pondok Pesantren Darussa'adah Lampung Tengah*", Skripsi Jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi Uin Raden Intan Lampung.

metode alamiah¹⁵.Deddy mulyana mengemukakan penelitian kualitatif sebagai penelitian dengan menggunakan metode ilmiah untuk mengungkapkan suatu fenomena dengan cara mendeskripsikan data dan fakta melalui kata-kata secara menyeluruh terhadap subjek penelitian¹⁶.

Penelitian kualitatif bertujuan untuk menggambarkan dan memahami fenomena yang ada di Pondok Pesantren dengan menggunakan data yang berasal dari wawancara, catatan lapangan, catatan pribadi, dan dokumen resmi lainnya. Metode penelitian kualitatif digunakan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang pengalaman, sikap, persepsi, dan konteks sosial di dalam Pondok Pesantren. Dalam penelitian ini, data yang digunakan adalah data yang bersifat naratif dan berkualitas. Wawancara digunakan untuk mendapatkan informasi dari berbagai pihak terkait dengan kehidupan di Pondok Pesantren, seperti pengasuh, santri, dan staf administrasi. Wawancara dapat memberikan wawasan yang mendalam tentang pengalaman dan persepsi individu terkait dengan kegiatan, aturan, dan nilai-nilai yang ada di Pondok Pesantren.

Jenis Pendekatan Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *case study research* (studi kasus) dengan *One Case Study* yaitu suatu penelitian studi kasus yang menekankan penelitian hanya pada sebuah unit kasus aja. Jadi peneliti berfokus pada satu obyek tertentu yang mempelajarinya sebagai suatu kasus. Data studi kasus dapat diperoleh dari semua pihak yang bersangkutan, dengan kata lain dalam studi ini dikumpulkan dari beberapa sumber.

2. Sumber Data

Untuk mendapatkan data yang dilakukan pada penelitian ini, peneliti memakai sumber data berdsarkan 2 jenis sumber data, yaitu:

a. Sumber Data primer

Sumber data primer merupakan sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data. Adapun sumber data primer penelitian ini adalah tulisan atau karya yang menyediakan bahan utama yang menjadi objek penelitian. Dalam hal ini sebagai sumber data primernya adalah Konselor,

¹⁵ Lexy J Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Pt Rodas Karya 2013). Hal.6

¹⁶ Lexy J, *Metodologi Penelitian*, Hal. 3

Santri asal Amerika, Teman dekat Santri asal Amerika, Keluarga, dan Pengasuh Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria.

b. Sumber Data sekunder

Sumber data sekunder ialah sumber data yang datanya tidak didapatkan secara langsung oleh peneliti namun diperoleh dari orang ataupun pihak lain. Misalnya berbentuk dokumen laporan- laporan, buku, harian riset, postingan serta majalah ilmiah yang masih berkaitan dengan modul riset. Data ini juga disebut sebagai informasi pendukung ataupun pelengkap. Sumber data sekunder yang penulis pakai dalam riset ini adalah dokumen Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria, dan referensi lainnya yang berkaitan dengan topik penelitian

3. Teknik Pengumpulan Data

Metode yang digunakan dalam penelitian kualitatif ini adalah:

1. Wawancara

Wawancara adalah suatu proses tanya jawab lisan, dimana 2 orang atau lebih saling berhadapan secara fisik, yang satu dapat melihat muka lain dan mendengar dengan telinga sendiri dari suaranya. Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, tetapi juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam.¹⁷

2. Observasi

Observasi ialah pengamatan dengan pencatatan yang sistematis terhadap gejala-gejala yang diteliti¹⁸. Observasi atau pengamatan merupakan suatu cara mengumpulkan data dengan jalan mengadakan pengamatan terhadap kegiatan yang sedang berlangsung. Jadi dalam penelitian ini, peneliti mengamati cara

¹⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, Cetakan 23, (Bandung: Alfabeta 2016) Hal. 231

¹⁸ Hardani, Dkk, *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*, (Yogyakarta: Cv. Pustaka Ilmu Group 2020), Hal.123

konselor memberikan konseling, bagaimana objek melakukan interaksi dan beradaptasi dengan lingkungannya.

3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah setiap bahan tertulis ataupun film, sedangkan record adalah setiap pernyataan tertulis yang disusun oleh seseorang atau lembaga untuk keperluan pengujian suatu peristiwa atau menyajikan akunting. Teknik dokumentasi adalah teknik pengumpulan data dengan menghimpun dan menganalisis dokumen-dokumen, baik tertulis, gambar maupun elektronik.

4. Teknik Validitas Data

Validitas merupakan ketetapan derajat ketetapan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan data yang dapat dilaporkan oleh peneliti. Oleh karena itu, data yang valid adalah data "yang tidak berbeda" antara data yang dilaporkan oleh peneliti dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek penelitian.

Teknik validitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan triangulasi. Triangulasi merupakan usaha mengecek kebenaran data atau informasi yang diperoleh peneliti dari berbagai sudut pandang yang berbeda dengan cara mengurangi sebanyak mungkin bias yang terjadi pada saat pengumpulan dan analisis data. Triangulasi dapat digunakan dengan teknik yang berbeda yaitu wawancara, observasi, dan dokumen. Adapun triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi teknik dan triangulasi sumber

1. Triangulasi teknik

Triangulasi teknik sebagaimana yang digunakan dalam penelitian ini adalah suatu usaha untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Sebagai contoh, apabila data diperoleh dengan wawancara, lalu dicek dengan observasi, dan dokumentasi.

2. Triangulasi sumber

Triangulasi sumber merupakan teknik yang dilakukan untuk menguji kredibilitas data dengan cara mengecek data yang diperoleh melalui beberapa sumber. Sebagai contoh, untuk menguji kredibilitas data tentang perilaku

murid, maka pengumpulan data dan pengujian data yang telah diperoleh dapat dilakukan ke guru, teman murid yang bersangkutan, dan juga orang tuanya.¹⁹

5. Teknik analisis data

Analisis data penelitian ini menggunakan model analisis Miles and Huberman yaitu²⁰:

a. Reduksi data

Data yang diperoleh dari lapangan jumlahnya cukup banyak, untuk itu maka perlu dicatat secara teliti dan rinci. Semakin lama peneliti ke lapangan, maka jumlah data akan semakin banyak, kompleks dan rumit, maka dari itu perlu segera dilakukan analisis data melalui reduksi data, supaya data tersebut dapat memenuhi kebutuhan tujuan penelitian yang telah ditetapkan yaitu meliputi proses konseling individu terhadap Penyesuaian diri Santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Yanbuul Qur'an 2 Muria Kudus.

b. Model data

Penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, dan hubungan antar kategori yang sering digunakan dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif. Mendisplaykan data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah difahami peneliti, sehingga peneliti mampu menyajikan data berkaitan dengan pentingnya konseling individu terhadap Penyesuaian diri santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Yanbuul Qur'an 2 Muria Kudus.

c. Penarikan/verifikasi kesimpulan

Langkah ketiga dari analisis data kualitatif menurut Miles dan Huberman adalah penarikan simpulan dan verifikasi. Simpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila simpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan

¹⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian*, Hal.274

²⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian*, Hal.247-253.

mengumpulkan data, maka simpulan yang dikemukakan merupakan simpulan yang kredibel²¹, sehingga peneliti dapat lebih jelas menjawab rumusan penelitian dengan judul “KONSELING INDIVIDU DALAM MENGATASI PROBLEMATIKA PENYESUAIAN DIRI SANTRI ASAL AMERIKA DI PONDOK TAHFIDH PUTRI YANBUUL QUR’AN 2 MURIA KUDUS (*One Case Study*)”.

G. Sistematika Penulisan

Dalam pedoman penulisan skripsi yang berlaku di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo, untuk memudahkan pembahasan dalam skripsi, maka dibuatlah sistematika penulisan yang terbagi menjadi beberapa bagian utama:

1. Pertama, bagian awal yang meliputi judul, halaman, nota pembimbing, halaman pengesahan, halaman moto, halaman persembahan, halaman abstrak, kata pengantar, dan daftar isi.
2. Kedua, Bagian isi yang terdiri dari lima bab yaitu :

Bab I: Pendahuluan

Dalam bab ini menjelaskan mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka, serta sistematika penulisan.

Bab II: Kerangka Teori

Kerangka teori menjelaskan tentang tinjauan teoritis yang memaparkan variabel penelitian. Pada penelitian ini akan memaparkan teori tentang konseling individu dan Penyesuaian diri.

Bab III: Berisi Tentang Paparan Data

Memuat gambaran umum dan menguraikan objek penelitian. Pada bagian ini, peneliti akan memaparkan deskripsi Penyesuaian diri Santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Yanbuul Qur’an 2 Muria dan layanan konseling individu dalam mengatasi problematika Penyesuaian diri Santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Yanbuul Qur’an 2 Muria.

Bab IV: Analisis Data Penelitian

Berisi analisis mengenai Penyesuaian diri Santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Yanbuul Qur’an 2 Muria dan layanan konseling individu dalam mengatasi

²¹ Hardani, Dkk, *Metode Penelitian*, Hal.170.

problematika Penyesuaian diri Santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Yanbuul Qur'an 2 Muria.

Bab V: Penutup

Bagian terakhir memuat kesimpulan yang merupakan jawaban dari permasalahan yang dibahas. Selain itu juga penulis menantumkan saran-saran dan penutup.

BAB II

KERANGKA TEORI

A. **Konseling Individu**

1. **Pengertian Konseling Individu**

Konseling adalah proses pemberian bantuan oleh seorang konselor kepada klien yang bertujuan untuk memecahkan suatu masalah. Menurut Mortensen konseling merupakan proses hubungan antar pribadi dimana orang yang satu membantu orang yang lainnya untuk meningkatkan pemahaman dan kecakapan menemukan masalahnya. Hubungan tersebut dirancang untuk membantu klien memperoleh pemahaman tentang kehidupannya, dan untuk belajar mencapai tujuan-tujuan yang ditetapkannya sendiri dengan cara memanfaatkan sumber-sumber informasi yang terpercaya dan melalui pemecahan masalah-masalah emosional dan interpersonal.

Menurut Prayitno, maksud dari layanan konseling yang dilakukan oleh konselor dengan klien adalah secara langsung dalam rangka menyelesaikan masalah kehidupannya baik personal maupun lingkungan.²² Secara umum, proses konseling adalah suatu proses untuk mengadakan perubahan pada diri klien. Perubahan itu sendiri baik dalam bentuk pandangan, sikap, keterampilan yang memungkinkan klien itu dapat menerima dirinya, mengambil keputusan dan mengarahkan dirinya sendiri, dan pada akhirnya mewujudkan dirinya sendiri secara maksimal.²³

Pengertian konseling individu mempunyai makna yang spesifik dalam arti pertemuan konselor dengan klien secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa rapport, dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk mengembangkan pribadi klien serta klien dapat mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya.²⁴ Dalam prakteknya, memang strategi layanan konseling harus terlebih dahulu mengedepankan layanan-layanan yang bersifat pencegahan dan pengembangan, namun tetap saja layanan yang bersifat pengentasan pun masih diperlukan. Oleh karena itu, konselor seyogyanya dapat menguasai proses dan

²² Zulamri, M. Ahmad Juki, "Pengaruh Layanan Konseling Individual Terhadap Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Klas Ii B Pekanbaru", *Jurnal At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam*, Vol. 2 No. 2. 2019, Hal 21.

²³ Amiludin, "Konseling Individu Membentuk Pribadi Berkarakter Siswa Di Sma Negeri 2 Barru", *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, Vol 7 No 2. 2020, Hal, 105

²⁴ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual: Teori Dan Praktek*, (Bandung: Cv Alfabeta, 2004), Hal. 159.

berbagai teknik konseling, sehingga bantuan yang diberikan kepada klien dalam rangka pengentasan masalahnya dapat berjalan secara efektif dan efisien.²⁵

Dari definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa konseling individu adalah sebuah proses pemberian bantuan yang secara langsung dilakukan oleh seorang konselor kepada klien untuk membantu individu mengembangkan potensi dirinya, mengubah perilaku dan membantu mengentaskan masalah secara pribadi. Sebagaimana layanan-layanan lain, konseling individu juga memerlukan kegiatan pendukung. Adapun kegiatan-kegiatan pendukung layanan konseling individu adalah : aplikasi instrumentasi, himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, dan alih tangan kasus²⁶

2. Tujuan Konseling Individu

Tujuan layanan konseling individu adalah terciptanya pribadi individu yang dapat menjalankan kehidupan sehari-harinya dengan baik serta menghadapi dan mampu untuk mengentaskan masalah yang mengganggu kehidupannya baik lingkungan keluarga maupun sosial²⁷ Tujuan umum konseling individu adalah membantu klien menstrukturkan kembali masalahnya dan menyadari life style serta mengurangi penilaian negatif terhadap dirinya sendiri serta perasaan-perasaan inferioritasnya. Kemudian membantu dalam mengoreksi persepsinya terhadap lingkungan, agar klien bisa mengarahkan tingkah laku serta mengembangkan kembali minat sosialnya.²⁸ Sedangkan tujuan konseling individu, diantaranya :

- a. Membangun, menjaga, dan memelihara kesehatan mentalnya. Maksudnya, konselor atau guru pembimbing melalui layanan konseling individu berupaya membantu klien. membangun, menjaga, memelihara, dan memotivasi untuk mendapatkan mental yang sehat, karena dengan mental yang sehat klien akan memiliki integrasi, penyesuaian diri, dan identifikasi positif kepada orang lain.

²⁵ Amiludin, *Konseling*, Hal 107.

²⁶ Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah*, (Jakarta:Pt Rajagravindo Persada, 2007), Hal, 164

²⁷ Zulamri, M. Ahmad Juki, *Pengaruh*, Hal.23

²⁸ Radhiya Bustan, Emmalia Sutiasasmitha. "Pengabdian Kepada Masyarakat Pelayanan Konseling Individu Dan Kelompok Pada Warga Binaan Di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Tangerang". *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, Vol. 4, No. 4, 2018, Hal.240

Berarti dalam proses konseling itu klien akan membelajarkan diri menerima tanggung jawab, mandiri, dan mencapai tingkah laku yang integratif.

- b. Membangun kemampuan klien membuat dan mengambil keputusan yang lebih tepat. Maksudnya bahwa kegiatan layanan konseling individual membelajarkan klien untuk berkemampuan mengambil keputusan secara cepat dan tepat pada saat-saat yang emergency (genting), serta berkemampuan dalam memprediksi konsekuensi logis yang mungkin timbul berkenaan dengan seluruh pengorbanan pribadinya, tenaga, waktu, biaya dan sebagainya. Dalam hal inilah konselor mempunyai peran besar dalam membantu klien mencapai keberhasilan studi dan hidupnya.

- c. Mengubah perilaku negatif menjadi positif.

Pengubahan tersebut lebih mengacu pada perilaku salah menjadi perilaku yang lebih tepat. Cara yang dilakukan adalah dengan cara menyadarkan klien atas sikap dan perilakunya yang salah tersebut untuk diubah dan diperbaiki.

Hal ini berarti juga menuntut konselor untuk membelajarkan klien sehingga memiliki kemampuan mengatasi masalah terkait dengan hubungan sosialnya. Kemampuan tersebut mencakup kemampuan berkomunikasi, menerima dan menyampaikan pendapat secara logis, efektif, dan produktif, kemampuan bertingkah laku, berhubungan sosial di rumah, sekolah, dan di masyarakat dengan menjunjung tinggi tata krama, norma, nilai agama, adat-istiadat yang berlaku, kemampuan membangun hubungan dengan teman sebaya, memahami dan melaksanakan disiplin dan taat pada peraturan sekolah dan kemampuan memahami, mengenali, dan mengamalkan hidup yang sehat.

- d. Membantu mengubah cara pandang klien terhadap masalah.

Melalui layanan konseling individu, klien diajak untuk belajar mengubah persepsi dalam memandang masalah yang sedang dialaminya secara lebih rasional, dengan menunjukkan bahwa masalah yang dirasakannya menjadi berat sebagai akibat dari persepsinya yang tidak rasional dan tidak logis. Maka dengan cara membiasakan diri klien memecahkan masalah secara rasional.²⁹

²⁹ Ahmad Putra, "Dakwah Melalui Konseling Individu", *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 2 No. 2. 2019, Hal. 104-107.

3. Tahapan Proses Konseling Individu

Setiap tahapan proses konseling individu membutuhkan keterampilan-keterampilan khusus. Namun keterampilan-keterampilan itu bukanlah yang utama jika hubungan konseling individu tidak mencapai rapport. Dengan demikian proses konseling individu ini tidak dirasakan oleh peserta konseling (konselor klien) sebagai hal yang menjemukan. Akibatnya keterlibatan mereka dalam proses konseling sejak awal hingga akhir dirasakan sangat bermakna dan berguna. Secara umum proses konseling individu dibagi atas tiga tahapan yaitu:³⁰

a. Tahap awal konseling

Tahap ini terjadi sejak klien menemui konselor hingga berjalan proses konseling sampai konselor dan klien menemukan definisi masalah klien atas dasar isu, kepedulian, atau masalah klien. Adapun proses konseling tahap awal sebagai berikut :

1. Membangun hubungan konseling yang melibatkan klien Hubungan konseling bermakna ialah jika klien terlibat berdiskusi dengan konselor.
2. Memperjelas dan mendefinisikan masalah
3. Membuat penafsiran dan penjajakan
4. Menegosiasikan kontrak³¹

Kontrak artinya perjanjian antara konselor dengan klien. Hal itu berisi :

- 1) Kontrak waktu, artinya berapa lama diinginkan waktu pertemuan oleh klien dan apakah konselor tidak keberatan.
- 2) Kontrak tugas, artinya konselor apa tugasnya, dan klien apa pula.
- 3) Kontrak kerjasama dalam proses konseling.

b. Tahap Pertengahan (Tahap Kerja)

Berangkat dari definisi masalah klien yang disepakati pada tahap awal, kegiatan selanjutnya adalah memfokuskan pada :

³⁰ Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori Dan Praktek*, (Bandung:Cv Alfabeta, 2007), Hal 51

³¹ Juli Andriyani, "Konsep Konseling Individual Dalam Proses Penyelesaian Perselisihan Keluarga", *Jurnal At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam*, Vol. 1 No. 1, 2018, Hal. 27

- 1) Penjelajahan masalah klien.
- 2) Bantuan apa yang akan diberikan berdasarkan penilaian kembali apa-apa yang telah dijelajah tentang masalah klien.

c. Tahap Akhir Konseling (Tahap Tindakan)

Pada tahap akhir konseling ditandai beberapa hal yaitu :

- a. Menurunnya kecemasan klien. Hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasannya.
- b. Adanya perubahan perilaku klien kearah yang lebih positif, sehat, dan dinamis.
- c. Adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas.
- d. Terjadinya perubahan sikap positif, yaitu mulai dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka menyalahkan dunia luar, seperti orang tua, guru, teman, keadaan tidak menguntungkan dan sebagainya. Jadi klien sudah berfikir realistik dan percaya diri.

4. Bidang Layanan Konseling

Menurut Endang Ertiati Suhesti di dalam buku “Bagaimana Konselor Sekolah Bersikap” terdapat 6 bidang bimbingan konseling yaitu.

1. Bidang pengembangan pribadi, bimbingan dan konseling yang ditujukan untuk membantu individu mengatasi kesulitan pemahaman terhadap dirinya sendiri, dan membantu mengatasi kesulitan dalam menggali potensi diri yang dimiliki, juga membantu individu dalam mengembangkan dirinya dalam lingkungan sekitarnya.
2. Bidang pengembangan sosial, bidang pengembangan sosial berkaitan erat dengan bagaimana individu berhubungan dengan lingkungan di sekitarnya, melalui hubungan sosial yang dihadapi individu, misalnya masalah pergaulan dengan teman sejenis maupun lawan jenis. Masalah bagaimana menjaga kehormatan individu dengan alam sekitar, dan sebagaimana yang berkaitan dengan penyesuaian diri terhadap hubungan dengan orang lain ataupun dengan lingkungan sekitar.
3. Bidang pengembangan belajar, bidang belajar mencakup permasalahan yang berkaitan dengan kesulitan belajar seseorang, misalnya tidak bisa berkonsentrasi saat belajar, tidak bisa mengatur waktu belajar, tidak tahu bagaimana belajar yang efektif, dan sebagainya.

4. Bidang pengembangan karir, berkaitan dengan pemahaman individu terhadap dunia kerja. Selain itu, pengembangan karir yang sesuai dengan kemampuan dirinya dan penyesuaian pekerjaan dengan keadaan dirinya. Oleh karena itu dengan upaya bimbingan karir ini diharapkan individu dapat menentukan keputusan yang bertanggung jawab terhadap masa depan yang diinginkannya serta dapat mengembangkan dirinya secara optimal.
5. Bidang pengembangan kehidupan berkeluarga, bahwa bimbingan keluarga dimaksudkan untuk membantu individu dalam mencari, menetapkan serta mengambil keputusan berkenaan dengan rencana perkawinan atau kehidupan keluarga yang sedang dijalaninya.
6. Bidang pengembangan kehidupan beragama, dimaksudkan untuk membantu individu dalam memantapkan diri berkaitan dengan perilaku keberagamaan menurut agama dan keyakinan yang dianutnya.³²

5. Konseling Individu dalam Islam

Bimbingan dan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dan serasi dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Bimbingan dan konseling Islam berusaha membantu individu agar tidak menghadapi atau menemui masalah. Dengan kata lain membantu individu mencegah timbulnya masalah bagi dirinya. Bantuan pencegahan masalah ini merupakan salah satu fungsi bimbingan. Seorang individu bisa juga terpaksa menghadapi masalah karena berbagai faktor, dan sering kali pula individu tidak mampu memecahkan masalahnya sendiri, di sinilah bimbingan berusaha membantu memecahkan masalah yang dihadapinya itu. Bantuan pemecahan masalah ini merupakan salah satu fungsi bimbingan juga, khususnya merupakan fungsi konseling sebagai bagian sekaligus teknik bimbingan³³. Dalam literatur bahasa arab kata konseling disebut *al-irsyad* atau *alitisyarah*, dan kata bimbingan disebut *at-taujih*. Dengan demikian, guidance and counseling dialih-bahasakan menjadi *at-taujih wa al-irsyad* atau *at-taujih wa al-istisyarah*. Dimensi kegiatan bimbingan dan konseling Islami menasar individu dan kelompok kecil atas dasar permasalahan khusus (kasuistik) dalam seluruh kehidupan

³² Nur ilma Asmaul Khusna, Nihayatur Rofi'ah, "STRATEGI LAYANAN BIMBINGAN KONSELING DALAM BIMBINGAN AKADEMIK DI SMP NEGERI 1 PURWOSARI", *Al-Isyraf: Jurnal Konseling*, Volume 2 No 1, 2019

³³ Agus Riyadi, Abdullah Hadziq, dan Ali Murtadho. "BIMBINGAN KONSELING ISLAM BAGI PASIEN RAWAT INAP DI RUMAH SAKIT ROEMANI MUHAMMADIYAH SEMARANG" *Jurnal SMaRT Studi Masyarakat, Religi dan Tradisi Vol., 05 No. 01 Juni 2019*. Hal, 87-88

yang berdampak pada kehidupan individu dan keluarga³⁴. Sebagai makhluk bermasalah di depan manusia telah terbentang penyelesaian terhadap problem kehidupan yang dihadapinya. Namun karena tidak semua problem dapat diselesaikan oleh manusia secara mandiri, maka ia memerlukan bantuan seorang ahli yang berkompeten sesuai dengan jenis problemnya.

Dalam hal ini, kesempurnaan ajaran islam menyimpan khazanah-khazanah berharga yang dapat digunakan untuk membantu menyelesaikan problem kehidupan manusia. Secara operasional khazanah-khazanah tersebut tertuang dalam konsep konseling dan secara praktis tercermin dalam proses *face to face relationship* (pertemuan tatap muka) atau *personal contac* (kontak pribadi) antara seorang konselor profesional dan berkompeten dalam bidangnya dengan seorang klien/konseli yang sedang menghadapi serta berjuang menyelesaikan problem kehidupannya.

Untuk mewujudkan amanah ajaran islam, untuk hidup secara tolong menolong dalam jalan kebaikan, saling mengingatkan dan memberi masihat untuk kebaikan menjauhi kemungkaran. Hidup secara islami adalah hidup yang melibatkan terus menerus aktivitas belajar dan aktivitas konseling (memberi dan menerima nasihat).³⁵

Dalam agama Islam, para Nabi khususnya Nabi Muhammad umumnya menerapkan praktik konseling direktif yaitu memberikan saran-saran, anjuran dan nasihat kepada klien. Nabi dan Rasul bisa disebut konselor apabila melihat tugas dan fungsinya sebagai pembimbing umat ke arah jalan yang benar.³⁶

B. Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian diri

Penyesuaian dari segi bahasa adalah kata yang menunjukkan keakraban, pendekatan, dan kesatuan kata. Ia adalah lawan kata perbedaan, kerenggangan, dan benturan. Penyesuaian diri dalam ilmu jiwa adalah proses dinamika yang bertujuan

³⁴ Agus Riyadi, Hendri Hermawan Adinugraha. "The Islamic counseling construction in da'wah science structure" *Journal of Advanced Guidance and Counseling Vol. 2 No. 1 (2021)* Hal, 27

³⁵ Lubis Akhyar Saiful, *Konseling Islami*, (Yogyakarta: Elsaq Press, 2007), Hal.85

³⁶ Ahmad Putra, *Dakwah*, Hal.103

untuk mengubah kelakuannya agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara dirinya dan lingkungannya³⁷

Penyesuaian diri (*adjustment/adaptation*) merupakan kemampuan seseorang dalam menempatkan diri pada tempat dan kondisi dimana seseorang tersebut tinggal, yang melibatkan norma atau tuntutan lingkungannya serta penerimaan diri, agar tercapai keselarasan antara dirinya dan lingkungannya.³⁸ Penyesuaian diri adalah “suatu proses dinamik terus menerus yang bertujuan untuk mengubah kelakuan guna mendapatkan hubungan yang lebih serasi antara diri dan lingkungan”. Pada dasarnya penyesuaian diri melibatkan individu dengan lingkungannya. Lingkungan yang dapat menciptakan penyesuaian diri yang cukup sehat bagi individu.³⁹

Penyesuaian diri adalah reaksi seseorang terhadap rangsangan-rangsangan dari dalam diri sendiri maupun reaksi seseorang terhadap situasi yang berasal dari lingkungannya.⁴⁰ Penyesuaian diri dapat diartikan sebagai usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungan, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan dan emosi negatif yang lain sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis. Maka dari itu penyesuaian diri merupakan proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah tingkah laku individu agar dari perubahan tingkah laku tersebut dapat terjadi hubungan yang lebih sesuai antara individu dan lingkungannya.⁴¹

Pada penjelasan diatas, menandakan tentang usaha manusia dari dalam diri untuk mencapai kesejahteraan dirinya dan hubungannya dengan lingkungan, serta cara bagi diri individu mengubah pola kehidupannya untuk mencegah interaksi negatif dari lingkungan. Jadi, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses terus- menerus yang timbal balik antara individu dengan lingkungan, lingkungan dapat memengaruhi individu, sedangkan dalam kondisi tertentu, individu yang memengaruhi lingkungan.

³⁷ Musthafa Fahmy, *Penyesuaian Diri Pengertian Dan Peranannya Dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta: Bulan Bintang 1982), Hal.14

³⁸ Diana Vidya Fakhriyani, *Kesehatan Mental*. (Pamekasan: Duta Media Publishing 2017). Hal.27

³⁹ Sofyan Willis, *Remaja Dan Masalahnya*, Alfabeta:Bandung, 2005, Hal. 55

⁴⁰ Dewi Candrawati. “Persepsi Terhadap Pola Asuh Demokratis Dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa”, *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, Vol 8, No 2, 2019, Hal 100.

⁴¹ Nur Zahara, *Hubungan Kemandirian*, Hal.14

2. Bentuk penyesuaian diri

Bentuk-bentuk penyesuaian diri terdiri atas autoplastis dan aloplastis. penyesuaian diri dengan membentuk lingkungan disebut dengan autoplastis artinya lingkungan menyesuaikan diri dengan keadaan seseorang. Sedangkan menyesuaikan diri dalam konteks mengubah diri sesuai keadaan lingkungan, yakni kegiatan seseorang ditentukan oleh lingkungan disebut dengan aloplastis⁴².

Pada dasarnya penyesuaian diri melibatkan individu dengan lingkungannya. Lingkungan yang dapat menciptakan penyesuaian diri yang cukup sehat bagi individu⁴³. Meskipun penyesuaian diri belum dapat digunakan tolok ukur derajat kesehatan mental seseorang, tapi tidak dapat dipungkiri bahwa penyesuaian diri sampai tingkat tertentu merupakan syarat mutlak bagi sehat tidaknya seseorang secara mental⁴⁴. diantaranya adalah sebagai berikut:

a. Lingkungan Keluarga

Semua konflik dan tekanan yang ada dapat dihindarkan atau dipecahkan bila individu dibesarkan dalam keluarga di mana terdapat keamanan, cinta, respek, toleransi dan kehangatan. Dengan demikian penyesuaian diri akan menjadi lebih baik jika individu merasakan kehidupannya berarti dalam suatu keluarga. Rasa dekat dengan keluarga adalah salah satu kebutuhan pokok bagi perkembangan jiwa seorang individu. Dalam prakteknya banyak orang tua yang mengetahui hal ini namun mengabaikannya dengan alasan mengejar karir dan mencari penghasilan yang besar demi memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga dan menjamin masa depan anak-anak.

Hal ini seringkali ditanggapi negatif oleh anak dengan merasa bahwa dirinya tidak disayangi, diremehkan bahkan dibenci. Bila hal tersebut terjadi berulang-ulang dalam jangka waktu yang cukup panjang (terutama pada masa kanak-kanak) maka akan sangat berpengaruh terhadap kemampuan individu dalam menyesuaikan diri di kemudian hari. Meskipun bagi remaja hal ini kurang

⁴² Diana Vidya Fakhriyani, *Kesehatan Mental*, Hal.27

⁴³ Muchamad Choirudin, "Penyesuaian Diri: Sebagai Upaya Mencapai Kesejahteraan Jiwa." *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam* 12.1 (2015), Hal. 4

⁴⁴ Weni Hastuti, "Penyesuaian Diri. *Profesi (Profesional Islam)* " : *Media Publikasi Penelitian* 3 (2008), Hal. 1

berpengaruh, karena remaja sudah lebih matang tingkat pemahamannya, tetapi tidak menutup kemungkinan pada beberapa remaja kondisi tersebut akan membuat dirinya tertekan, cemas dan stres.

Lingkungan keluarga juga merupakan lahan untuk mengembangkan berbagai kemampuan, yang dipelajari melalui permainan, senda gurau, sandiwara dan pengalaman-pengalaman sehari-hari di dalam keluarga. Tidak diragukan lagi bahwa dorongan semangat dan persaingan antara anggota keluarga yang dilakukan secara sehat memiliki pengaruh yang penting dalam perkembangan kejiwaan seorang individu. Oleh sebab itu, orang tua sebaiknya jangan menghadapkan individu pada hal-hal yang tidak dimengerti olehnya atau sesuatu yang sangat sulit untuk dilakukan olehnya, sebab hal tersebut memupuk rasa putus asa pada jiwa individu tersebut.

Dalam keluarga, setiap individu juga belajar agar tidak menjadi egois, individu tersebut diharapkan dapat berbagi dengan anggota keluarga yang lain. Individu belajar untuk menghargai hak orang lain dan cara penyesuaian diri dengan anggota keluarga, mulai orang tua, kakak, adik, kerabat maupun pembantu. Kemudian dalam lingkungan keluarga individu mempelajari dasar dari cara bergaul dengan orang lain, yang biasanya terjadi melalui pengamatan terhadap tingkah laku dan reaksi orang lain dalam berbagai keadaan. Biasanya yang menjadi acuan adalah tokoh orang tua atau seseorang yang menjadi idolanya. Oleh karena itu, orangtua pun dituntut untuk mampu menunjukkan sikap-sikap atau tindakan-tindakan yang mendukung hal tersebut.

Dalam keluarga, setiap individu juga belajar agar tidak menjadi egois, individu tersebut diharapkan dapat berbagi dengan anggota keluarga yang lain. Individu belajar untuk menghargai hak orang lain dan cara penyesuaian diri dengan anggota keluarga, mulai orang tua, kakak, adik, kerabat maupun pembantu. Kemudian dalam lingkungan keluarga individu mempelajari dasar dari cara bergaul dengan orang lain, yang biasanya terjadi melalui pengamatan terhadap tingkah laku dan reaksi orang lain dalam berbagai keadaan. Biasanya yang menjadi acuan adalah tokoh orang tua atau seseorang yang menjadi

idolanya. Oleh karena itu, orangtua pun dituntut untuk mampu menunjukkan sikap-sikap atau tindakan-tindakan yang mendukung hal tersebut.

Interaksi individu dengan keluarganya juga mendorong individu tersebut mempelajari sejumlah adat atau kebiasaan seperti: kebiasaan dalam makan, minum, berpakaian, cara berjalan, berbicara, duduk dan lain sebagainya. Selain itu dalam keluarga masih banyak hal lain yang sangat berperan dalam proses pembentukan kemampuan penyesuaian diri yang sehat, seperti rasa percaya pada orang lain atau diri sendiri, pengendalian rasa ketakutan, toleransi, kefanatikan, kerjasama, kecerdasan, kehangatan dan rasa aman karena semua hal tersebut akan berguna bagi masa depannya.⁴⁵

b. Lingkungan Teman Sebaya

Dalam kehidupan pertemanan, pembentukan hubungan yang erat di antara sesama teman merupakan hal yang sangat penting pada masa remaja dibandingkan dengan masa masa lainnya. Suatu hal yang sulit bagi remaja biasanya adalah menjauh dari temannya. Individu tersebut mengungkapkan kepada mereka secara bebas tentang rencananya, citacitanya dan dorongan-dorongannya.⁴⁶ Kekurangmampuan dalam melakukan penyesuaian diri dengan situasi dan tuntutan yang ada dapat menimbulkan tekanan-tekanan bagi remaja yang bersangkutan.⁴⁷

Dalam semua itu, individu menemukan orang yang mau mendengarkan apa yang dikatakannya. Dengan demikian pengertian yang diterima dari temanya akan membantu dirinya dalam penerimaan terhadap keadaan dirinya sendiri, ini sangat membantu diri individu dalam memahami pola-pola dan ciri-ciri yang menjadikan dirinya berbeda dari orang lain. Semakin mengerti individu akan dirinya maka individu akan semakin meningkat kebutuhannya untuk berusaha untuk menerima dirinya dan mengetahui kekuatan dan kelemahannya. Dengan demikian individu tersebut akan menemukan cara penyesuaian diri yang tepat sesuai dengan potensi yang dimilikinya.

c. Lingkungan Sekolah

⁴⁵ Muchamad, *Penyesuaian Diri*, Hal 5.

⁴⁶ *Ibid.*, Hal. 6

⁴⁷ Weni, *Penyesuaian*, Hal. 2

Sekolah mempunyai tugas yang tidak hanya terbatas pada masalah pengetahuan dan informasi saja, akan tetapi juga mencakup tanggungjawab pendidikan secara luas. Demikian pula dengan guru, tugasnya tidak hanya mengajar, tetapi juga berperan sebagai pendidik yang menjadi pembentuk masa depan. Guru juga dapat dikatakan sebagai langkah pertama dalam pembentukan kehidupan yang menuntut individu untuk dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan.

Pendidikan modern menuntut guru atau pendidik untuk mengamati perkembangan individu dan mampu menyusun sistem pendidikan sesuai dengan perkembangan tersebut. Dalam pengertian ini berarti proses pendidikan merupakan penciptaan penyesuaian antara individu dengan nilai-nilai yang diharuskan oleh lingkungan menurut kepentingan perkembangan dan spiritual individu.⁴⁸ Penyesuaian diri dalam lingkungan pendidikan ini menyangkut tentang pengambilan keputusan mengenai bidang studi yang akan dipilih memiliki hubungan dengan kurikulum atau perguruantinggi serta fasilitas lainnya.⁴⁹ Keberhasilan proses ini sangat bergantung pada cara kerja dan metode yang digunakan oleh pendidik dalam penyesuaian tersebut. Jadi guru memiliki peran yang sangat penting dalam pembentukan kemampuan penyesuaian diri individu.

Pendidikan hendaknya tidak didasarkan atas tekanan atau sejumlah bentuk kekerasan dan paksaan, karena pola pendidikan seperti itu hanya akan membawa kepada pertentangan antara orang dewasa dengan anak-anak sekolah. Jika para individu merasa bahwa mereka disayangi dan diterima sebagai teman dalam proses pendidikan dan pengembangan mereka, maka tidak akan ada kesempatan untuk terjadi pertentangan antar generasi.⁵⁰

3. Kriteria / Ciri-ciri Penyesuaian diri

a. Penyesuaian diri yang positif.

Mereka yang tergolong Mampu menyesuaikan diri secara positif ditandai dengan hal-hal sebagai berikut:

⁴⁸ Muchamad Choirudin, *Penyesuaian Diri*, Hal 6.

⁴⁹ Maslina Daulay, "Urgensi Bimbingan Konseling Islam Dalam Membentuk Mental Yang Sehat", *Hikmah* 12.1, 2018, Hal. 153

⁵⁰ Muchamad Choirudin, *Penyesuaian Diri*, Hal 6.

- a. Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional.
 - b. Mampu Mengatasi mekanisme psikologis
 - c. Mampu mengatasi frustrasi pribadi
 - d. Memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri
 - e. Mampu dalam belajar
 - f. Kemampuan memanfaatkan pengalaman
 - g. bersikap realistis dan objektif
- b. Penyesuaian diri negative
- a. Reaksi bertahan.
Bertahan dengan mencari-cari alasan untuk membenarkan tindakannya; berusaha untuk menekan pengalaman buruknya ke alam tidak sadar; melemparkan sebab kegagalan dirinya kepada pihak lain untuk mencari alasan yang dapat diterimanya.
 - b. Reaksi menyerang.
Selalu membenarkan diri sendiri; mau berkuasa dalam situasi; mau memiliki segalanya; menggertak baik dengan ucapan maupun dengan perbuatan; menunjukkan sikap permusuhan secara terbuka; menunjukkan sikap menyerang dan merusak; keras kepala dalam perbuatannya; bersikap balas dendam; memperkosa hak orang lain; tindakan yang serampangan, dan marah secara sadis.
 - c. Reaksi melarikan diri.
Memuaskan keinginan yang tidak tercapai dalam bentuk angan-angan seolah-olah tercapai.⁵¹
Individu dapat dikatakan memiliki penyesuaian diri yang baik apabila memiliki ciri-ciri sebagai berikut:
 - a) Dapat mengendalikan pikiran, angan-angan, keinginan, dorongan emosi, dan tingkah lakunya
 - b) Dapat menghayati kelemahannya sehingga ia dapat mengadakan perbaikan diri juga dapat memanfaatkan kelebihanannya⁵²

⁵¹ Urip Muzaffar, "Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Penyesuaian Diri Pada Narapidana Di Lapas Kabupaten Brebes", *Skripsi* Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto 2018. Hal.19-20

- c) Tidak adanya emosi yang berlebihan, yaitu mampu menunjukkan ketenangan emosi dan kontrol yang memungkinkan individu tersebut menghadapi suatu permasalahan secara tepat dan dapat menentukan berbagai kemungkinan pemecahan masalah ketika muncul hambatan.
- d) Tidak adanya mekanisme- mekanisme pertahanan psikologis, yaitu individu dalam menyelesaikan suatu masalah tidak memakai defence mechanism.
- e) Tidak adanya frustrasi personal, yaitu adanya kemampuan mengorganisasikan pikiran, perasaan, motivasi dan tingkah lakunya untuk menghadapi situasi yang memerlukan penyelesaian yang berarti bahwa individu tersebut tidak mengalami frustrasi.
- f) Memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri melalui berpikir dan melakukan pertimbangan terhadap masalah atau konflik serta mengorganisasi (mengarahkan) pikiran, tingkah laku dan perasaan.
- g) Memiliki kemampuan untuk belajar. Individu dengan penyesuaian diri yang baik adalah individu yang mampu untuk belajar. Proses belajar dapat dilihat dari hasil kemampuan individu tersebut mengatasi situasi, konflik, dan stres secara berkesimbangan.
- h) Mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu. Individu dapat belajar dari pengalamannya maupun pengalaman orang lain. Pengalaman masa lalu yang baik terkait dengan keberhasilan maupun kegagalan untuk mengembangkan kualitas hidup yang lebih baik. Individu dengan penyesuaian diri yang baik dapat menganalisis faktor – faktor apa saja yang dapat membantu dan mengganggu penyesuaian diri.
- i) Memiliki sikap realistis dan obyektif, yaitu mampu menerima keadaan diri dan lingkungannya sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.⁵³

Menurut Guanipa, berikut adalah ciri-ciri individu yang belum mampu menyesuaikan diri dengan baik:⁵⁴

⁵² Ibid, Hal 15

⁵³ Rawdhah Binti Yasa, “Penyesuaian Diri Anak Perempuan Dalam Menghadapi Perubahan Zaman”, *International Journal Of Child And Gender Studies*, Vol. 1, No. 2. 2015, Hal. 104

- a. Kesedihan, kesepian
Individu cenderung merasa kesepian dan sedih karena merasa terasing dan tidak terhubung dengan lingkungan baru. Mereka mungkin merindukan dukungan sosial dan koneksi dengan keluarga dan teman-teman dari daerah asal.
- b. Ketidakpercayaan diri
Perbedaan budaya dan bahasa yang signifikan dapat membuat individu merasa tidak percaya diri dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan penduduk setempat. Rasa tidak percaya diri ini bisa timbul karena kesulitan dalam memahami norma dan aturan sosial yang berlaku di lingkungan baru.
- c. Kerinduan akan keluarga
Merasa rindu dan merindukan keluarga adalah ciri umum bagi individu yang masih belum mampu menyesuaikan diri dengan baik. Mereka mungkin merasa terpisah dari orang-orang yang mereka sayangi dan merindukan hubungan yang kuat dengan keluarga di daerah asal.
- d. Kesulitan memecahkan permasalahan
Individu mungkin menghadapi kesulitan dalam memecahkan permasalahan sehari-hari yang sederhana. Hal ini disebabkan oleh ketidakfamiliaran dengan lingkungan, norma, dan cara kerja yang berbeda dari daerah asal.
- e. Rasa kekurangan, kehilangan, dan kegelisahan:
Individu sering kali merasa kekurangan, merasa kehilangan dan tidak memiliki pegangan yang kuat di lingkungan baru. Mereka mungkin mengalami kegelisahan dan ketidaknyamanan dalam menghadapi perubahan yang signifikan. Hal ini menyebabkan stres dan kelelahan.
- f. Keengganan untuk berhubungan dengan orang lain: Karena ketidakfamiliaran dengan lingkungan dan bahasa baru, individu yang belum menyesuaikan diri dengan baik mungkin enggan untuk

⁵⁴ Niam, K. E. "Koping Terhadap Stres Pada Mahasiswa Luar Jawa Yang Mengalami Culture Shock". *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, Vol.11 No. 1. 2009, Hal. 71

berhubungan dengan orang lain. Mereka mungkin merasa sulit untuk memulai percakapan atau menjalin hubungan sosial baru.

Penting untuk diingat bahwa ciri-ciri ini dapat bervariasi dalam tingkat dan intensitasnya antara individu yang berbeda. Proses penyesuaian diri adalah proses yang berkelanjutan, dan dengan waktu, dukungan.

4. Aspek-aspek penyesuaian diri

Pada dasarnya penyesuaian diri memiliki dua aspek yaitu penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Untuk lebih jelasnya kedua aspek tersebut akan diuraikan sebagai berikut:

a. Penyesuaian Pribadi.

Penyesuaian pribadi adalah kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Individu tersebut menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangannya dan mampu bertindak obyektif sesuai dengan kondisi dirinya tersebut. Keberhasilan penyesuaian pribadi ditandai dengan tidak adanya rasa benci, lari dari kenyataan atau tanggungjawab, dongkol, kecewa, atau tidak percaya pada kondisi dirinya.

Kehidupan kejiwaannya ditandai dengan tidak adanya kegoncangan atau kecemasan yang menyertai rasa bersalah, rasa cemas, rasa tidak puas, rasa kurang dan keluhan terhadap nasib yang dialaminya. Sebaliknya kegagalan penyesuaian pribadi ditandai dengan keguncangan emosi, kecemasan, ketidakpuasan dan keluhan terhadap nasib yang dialaminya, sebagai akibat adanya kesenjangan antara individu dengan tuntutan yang diharapkan oleh lingkungan.

Kesenjangan inilah yang menjadi sumber terjadinya konflik yang kemudian terwujud dalam rasa takut dan kecemasan, sehingga untuk meredakannya individu harus melakukan penyesuaian diri.

b. Penyesuaian Sosial

Setiap individu hidup di dalam masyarakat. Di dalam masyarakat tersebut terdapat proses saling mempengaruhi satu sama lain silih berganti. Dari proses tersebut timbul suatu pola kebudayaan dan tingkah laku sesuai dengan sejumlah aturan, hukum, adat dan nilai-nilai yang mereka patuhi, demi untuk mencapai

penyelesaian bagi persoalan-persoalan hidup sehari-hari. Dalam bidang ilmu psikologi sosial, proses ini dikenal dengan proses penyesuaian sosial. Penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan sosial tempat individu hidup dan berinteraksi dengan orang lain.

Hubungan-hubungan tersebut mencakup hubungan dengan masyarakat di sekitar tempat tinggalnya, keluarga, sekolah, teman atau masyarakat luas. Dalam hal ini individu dan masyarakat sebenarnya sama-sama memberikan dampak bagi komunitas. Individu menyerap berbagai informasi, budaya dan adat istiadat yang ada, sementara komunitas (masyarakat) diperkaya oleh eksistensi atau karya yang diberikan oleh sang individu. Apa yang diserap atau dipelajari individu dalam proses interaksi dengan masyarakat masih belum cukup untuk menyempurnakan penyesuaian sosial yang memungkinkan individu untuk mencapai penyesuaian pribadi dan sosial dengan cukup baik.⁵⁵

Menurut Alberlt & Emmons ada empat aspek dalam penyesuaian diri, yaitu:

- a. *Aspek self knowledge* dan *self insight*, yaitu kemampuan mengenal kelebihan dan kekurangan diri. Kemampuan ini harus ditunjukkan dengan emosional insight, yaitu kesadaran diri akan kelemahan yang didukung oleh sikap yang sehat terhadap kelemahan tersebut.
- b. *Aspek self objectivity* dan *self acceptance*, yaitu apabila individu telah mengenal dirinya, ia bersikap realistik yang kemudian mengarah pada penerimaan diri.
- c. *Aspek self development* dan *self control*, yaitu kendali diri berarti mengarahkan diri, regulasi pada impuls-impuls, pemikiran- pemikiran, kebiasaan, emosi, sikap dan tingkah laku yang sesuai. Kendali diri bisa mengembangkan kepribadian kearah kematangan, sehingga kegagalan dapat diatasi dengan matang.
- d. *Aspek satisfaction*, yaitu adanya rasa puas terhadap segala sesuatu yang telah dilakukan, menganggap segala sesuatu merupakan suatu pengalaman dan bila

⁵⁵ Muchamad Choirudin, *Penyesuaian Diri*, Hal. 3-4

keinginannya terpenuhi maka ia akan merasakan suatu kepuasan dalam dirinya.⁵⁶

5. Faktor-Faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri

Secara keseluruhan kepribadian mempunyai fungsi sebagai penentu primer terhadap penyesuaian diri. Penentu berarti faktor yang mendukung, mempengaruhi, atau menimbulkan efek pada proses penyesuaian. Secara sekunder proses penyesuaian ditentukan oleh faktor-faktor yang menentukan kepribadian itu sendiri baik internal maupun eksternal. Penentu penyesuaian identik dengan faktor-faktor yang mengatur perkembangan dan terbentuknya pribadi secara bertahap. Penentu-penentu itu dapat dikelompokkan sebagai berikut:

a. Kondisi Jasmaniah

Kondisi jasmaniah seperti pembawaan dan struktur atau konstitusi fisik dan temperamen sebagai disposisi yang diwariskan, aspek perkembangannya secara instrinsik berkaitan erat dengan susunan/konstitusi tubuh. Shekdon mengemukakan bahwa terdapat korelasi yang tinggi antara tipe-tipe bentuk tubuh dan tipe-tipe temperamen. Misalnya orang yang tergolong ektomorf yaitu yang ototnya lemah, tubuhnya rapuh, ditandai dengan sifat-sifat menahan diri, segan dalam aktifitas sosial, pemalu, dan sebagainya.

Hal ini dikarenakan struktur jasmaniah merupakan kondisi primer bagi tingkah laku maka dapat diperkirakan bahwa system saraf, kelenjar, dan otot merupakan faktor yang penting bagi proses penyesuaian diri. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa gangguan-gangguan dalam system saraf, kelenjar, dan otot dapat menimbulkan gejala-gejala gangguan mental, tingkah laku, dan kepribadian. Dengan demikian, kondisi sistem-sistem tubuh yang baik merupakan syarat bagi tercapainya proses penyesuaian diri yang baik.

b. Perkembangan, Kematangan dan Penyesuaian Diri

Dalam proses perkembangan, respon anak berkembang dari respon yang bersifat instinktif menjadi respon yang diperoleh melalui belajar dan pengalaman. Dengan bertambahnya usia perubahan dan perkembangan respon, tidak hanya

⁵⁶Fani Kumalasari, Latifah Nur Ahyani, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan", *Jurnal Psikologi Pitutur*, Volume 1 No.1, Juni 2012, Hal. 23

melalui proses belajar saja melainkan anak juga menjadi matang untuk melakukan respon dan ini menentukan pola-pola penyesuaian dirinya.

Sesuai dengan hukum perkembangan, tingkat kematangan yang dicapai berbeda antara individu yang satu dengan yang lainnya, sehingga pencapaian pola-pola penyesuaian diri pun berbeda pula secara individual. Dengan kata lain, pola penyesuaian diri akan bervariasi sesuai dengan tingkat perkembangan dan kematangan yang dicapainya. Disamping itu, hubungan antara penyesuaian dengan perkembangan dapat berbeda menurut jenis aspek perkembangan yang dicapai. Kondisi- kondisi perkembangan mempengaruhi setiap aspek kepribadian seperti: emosional, sosial, moral, keagamaan dan intelektual.

c. Penentu Psikologis terhadap Penyesuaian diri

Banyak sekali faktor psikologis yang mempengaruhi penyesuaian diri, diantaranya adalah:

a. Pengalaman

Tidak semua pengalaman mempunyai arti bagi penyesuaian diri. Pengalaman-pengalaman tertentu yang mempunyai arti dalam penyesuaian diri adalah pengalaman yang menyenangkan dan pengalaman traumatic (menyusahkan).

b. Belajar

Proses belajar merupakan suatu dasar yang fundamental dalam proses penyesuaian diri, karena melalui belajar ini akan berkembang pola- pola respon yang akan membentuk kepribadian.

c. Determinasi Diri

Dalam proses penyesuaian diri, disamping ditentukan oleh faktor- faktor tersebut diatas, orangnya itu sendiri menentukan dirinya, terdapat faktor kekuatan yang mendorong untuk mencapai sesuatu yang baik atau buruk, untuk mencapai taraf penyesuaian yang tinggi, dan atau merusak diri. Faktor-faktor itulah yang disebut determinasi diri.

d. Konflik dan penyesuaian

Ada beberapa pandangan bahwa semua konflik bersifat mengganggu atau merugikan. Sebenarnya, beberapa konflik dapat bermanfaat memotivasi seseorang untuk meningkatkan kegiatan.

e. Lingkungan sebagai Penentu Penyesuaian Diri

Berbagai lingkungan anak seperti keluarga dan pola hubungan didalamnya, sekolah, masyarakat, kultur dan agama berpengaruh terhadap penyesuaian diri anak.

f. Kultural dan Agama Sebagai Penentu Penyesuaian Diri

Lingkungan kultural dimana individu berada dan berinteraksi akan menentukan pola-pola penyesuaian dirinya. Contohnya tatacara kehidupan di sekolah, masjid, gereja, dan sejenisnya akan mempengaruhi bagaimana anak menempatkan diri dan bergaul dengan masyarakat sekitarnya. Agama memberikan suasana psikologis tertentu dalam mengurangi ketegangan dan frustrasi.

Adapun menurut Fatimah, faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri antara lain :

a. Faktor Fisiologis dan jasmaniah

faktor fisiologis dan jasmaniah memainkan peran penting dalam tingkah laku dan penyesuaian diri seseorang. Sistem saraf, kelenjar, dan otot merupakan komponen utama yang terlibat dalam proses ini.

b. Faktor perkembangan dan kematangan.

faktor perkembangan dan kematangan berperan penting dalam membentuk setiap aspek kepribadian individu, termasuk aspek emosional, sosial, moral, keagamaan, dan intelektual. Faktor ini mempengaruhi bagaimana individu tumbuh dan berkembang seiring waktu, serta bagaimana mereka berinteraksi dengan dunia di sekitar mereka.

c. faktor lingkungan

Faktor lingkungan memiliki pengaruh kuat terhadap penyesuaian diri seseorang. Kondisi lingkungan, termasuk lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat, kebudayaan, dan agama, berperan dalam membentuk perilaku, nilai-nilai, dan pola pikir individu.

d. Faktor budaya dan agama.

Lingkungan budaya tempat tinggal dan tempat berinteraksi, serta ajaran agama, merupakan sumber nilai, norma, kepercayaan, dan pola tingkah laku

yang memberikan tuntunan bagi hidup individu dan mempengaruhi pola penyesuaian dirinya. Berikut adalah beberapa poin yang menggambarkan peran lingkungan budaya dan agama dalam penyesuaian diri individu⁵⁷

6. Problematika Penyesuaian diri

Kehidupan individu tidak terlepas dari berbagai macam permasalahan yang ada dalam setiap tahap perkembangannya. Permasalahan yang ada tersebut dapat bersumber dari berbagai macam faktor seperti dari dalam diri sendiri, keluarga, teman sepergaulan atau lingkungan sosial. Masalah-masalah yang dihadapi memberikan suatu bentuk ujian bagi para individu agar mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar mereka.⁵⁸

Pada dasarnya setiap individu memiliki kemampuan untuk beradaptasi di lingkungannya (biologis, sosial, dan budaya). Dalam proses penyesuaian diri tersebut akan terjadi perubahan-perubahan yang menjadikan individu atau masyarakat membutuhkan waktu lebih lama untuk dapat menyesuaikan diri. Perubahan tersebut bisa menjadi hambatan atau masalah dalam proses menyesuaikan diri. Maka bagi individu atau masyarakat perlu melakukan upaya untuk mengatasi masalah tersebut agar proses penyesuaian diri berjalan dengan baik. Permasalahan bisa disebabkan oleh lingkungan, diantaranya yaitu lingkungan fisik, lingkungan sosial, dan lingkungan budaya.

Salah satu respon yang terjadi pada individu pendatang adalah *cultural shock* (keterkejutan budaya). *Cultural shock* merupakan bagian dari proses penyesuaian diri yang sering terjadi pada individu yang melakukan penyesuaian diri. *Cultural shock* jika tidak diatasi dengan tepat akan menjadi masalah dalam proses menyesuaikan diri. Salah satu cara untuk mengatasi *cultural shock* adalah dengan belajar dan memahami tentang perubahan dan hambatan yang terjadi. Dengan begitu wawasan dan pengetahuan budaya mereka akan bertambah. Sehingga individu atau

⁵⁷ Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan : Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung : Pustaka Setia, 2006), Hal.199.

⁵⁸ Ni Made Wahyu Indrariyani Artha, Supriyadi. "Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dan Self Efficacy Dalam Pemecahan Masalah Penyesuaian Diri Remaja Awal". *Jurnal Psikologi Udayana* 2013, Vol. 1, No. 1. Hal. 191

masyarakat bisa menyesuaikan diri.⁵⁹ Adapun juga problematika yang berhubungan dengan penyesuaian dirinya misalnya;

- a. Kesulitan dalam persahabatan: Seseorang mungkin menghadapi kesulitan dalam menjalin persahabatan baru atau mempertahankan hubungan yang sudah ada. Hal ini bisa terjadi karena perbedaan minat, nilai, atau kebiasaan antara individu-individu yang berpotensi menjadi teman. Kesulitan dalam memahami dan beradaptasi dengan karakteristik teman-teman baru dapat menyebabkan kesulitan dalam menjalin hubungan yang kuat dan bermakna.
- b. Merasa terasing dalam aktivitas kelompok: Penyesuaian diri juga dapat melibatkan aktivitas kelompok di lingkungan sosial tertentu, seperti di sekolah, tempat kerja, atau komunitas. Seseorang mungkin merasa terasing atau tidak nyaman ketika berada di dalam kelompok tersebut. Hal ini bisa terjadi karena perasaan tidak diterima, perbedaan budaya, atau sulitnya berinteraksi dengan anggota kelompok lainnya. Merasa terasing dalam aktivitas kelompok dapat mengganggu keterlibatan dan kesejahteraan sosial seseorang.
- c. Kesulitan mewujudkan hubungan yang harmonis: Bagi beberapa individu, sulit untuk menciptakan hubungan yang harmonis dengan orang lain. Mungkin mereka memiliki konflik interpersonal, kesulitan dalam memahami dan merespons perasaan orang lain, atau menghadapi kesulitan dalam membangun hubungan emosional yang mendalam. Kesulitan ini dapat mempengaruhi kualitas hubungan personal dan profesional seseorang.
- d. Kesulitan dalam menghadapi situasi sosial yang baru: Ketika dihadapkan pada situasi sosial yang baru, seperti acara atau lingkungan yang tidak dikenal, seseorang dapat merasa canggung atau tidak nyaman. Kesulitan beradaptasi dengan situasi baru, mengenali norma dan aturan sosial yang berlaku, atau mengatasi kecemasan sosial dapat menjadi tantangan dalam penyesuaian.⁶⁰

Perbedaan bahasa, dialek, suku, budaya, selera makanan, dan faktor-faktor lainnya antara daerah asal dan daerah baru dapat menjadi tantangan yang signifikan

⁵⁹ Khalimatuz Zahro. "Penyesuaian Diri Santri Asal Luar Pulau Jawa Di Pondok Pesantren Putri Al-Aqobah Desa Kwaron Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang Provinsi Jawa Timur". *Jurnal UNAIR vol.8 No.2* 2019, Hal. 222

⁶⁰ Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2009), Hal.127

dalam proses penyesuaian diri seorang pendatang⁶¹. Individu yang merupakan seorang pendatang dari luar negeri akan mengalami masa transisi yang dapat melibatkan berbagai perubahan dan tantangan. Beberapa permasalahan umum yang sering dihadapi dalam proses penyesuaian diri sebagai pendatang antara lain:

a. Bahasa

Perbedaan bahasa dapat menjadi hambatan utama dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang-orang di negara yang baru. Kesulitan dalam memahami dan berbicara bahasa lokal dapat mempengaruhi kemampuan untuk memperoleh informasi, menjalin hubungan, dan berpartisipasi secara aktif dalam kehidupan sehari-hari.

b. Budaya

Perbedaan budaya mencakup norma, nilai, adat istiadat, kepercayaan, dan cara hidup yang berbeda antara negara asal dan negara tujuan. Pendatang mungkin menghadapi kesulitan dalam memahami dan beradaptasi dengan budaya baru, seperti kebiasaan sosial, etiket, aturan nonverbal, dan tata nilai yang berlaku. Kesadaran tentang perbedaan budaya dan kemampuan untuk mempelajari dan menghormati budaya baru dapat membantu dalam proses penyesuaian.

c. Pola Hidup

Pendatang akan mengalami perubahan dalam pola hidup mereka, termasuk sistem pendidikan, sistem kesehatan, sistem transportasi, dan cara kerja. Beradaptasi dengan perbedaan-perbedaan ini membutuhkan penyesuaian terhadap rutinitas sehari-hari, kebiasaan, dan cara berpikir yang mungkin berbeda dari negara asal.

d. Interaksi Sosial

Interaksi sosial dengan penduduk lokal dan pendatang lainnya juga dapat menjadi tantangan. Perbedaan dalam cara berkomunikasi, norma sosial, dan ekspektasi dalam hubungan antarmanusia dapat mempengaruhi kemampuan untuk membangun dan mempertahankan hubungan sosial yang sehat dan harmonis.

⁶¹ Mulyana, D., & Rakhmat, J. (2009). *Komunikasi Antar Budaya: Panduan Berkomunikasi Dengan Orang-Orang Berbeda Budaya*. (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009) Hal 174.

e. Lingkungan

Pendatang mungkin juga menghadapi perubahan lingkungan fisik yang signifikan, termasuk iklim, geografi, dan infrastruktur. Lingkungan yang baru dapat mempengaruhi kenyamanan dan adaptasi fisik, serta memerlukan penyesuaian terhadap kondisi baru.⁶²

Dalam menghadapi problematika yang terjadi dalam diri dan lingkungan di sekitar, individu harus mampu untuk menyesuaikan diri terhadap perubahan tersebut. Karakteristik penyesuaian diri yang terjadi pada individu dapat terlihat dari penyesuaian diri terhadap peran dan identitas, pendidikan, norma sosial, penggunaan waktu luang, penggunaan uang atau finansial serta penyesuaian diri terhadap kecemasan, konflik, dan frustrasi.

C. Urgensi Konseling Individu terhadap Problematika Penyesuaian diri

Urgensi jika dilihat dari bahasa Inggris adalah berasal dari kata "*Urgent*" yang berarti "Penting", dalam bahasa Indonesia, istilah urgensi berarti merujuk pada sesuatu yang mendorong kita untuk diselesaikan atau merupakan unsur yang penting.⁶³ Dalam hal ini, Urgensi Konseling Individu sebagai alternatif solusi dalam menyelesaikan permasalahan setiap individu, Karena pada dasarnya setiap manusia pasti mempunyai masalah, dan setiap masalah pasti ada jalan keluarnya. Begitu pula dengan problematika penyesuaian diri, Masalah ini timbul karena individu kurang mampu berhubungan dengan lingkungan sosialnya yang kurang sesuai dengan keadaan dirinya.

Maka dari itu, untuk mengatasi problematika tersebut dibutuhkan layanan Konseling Individu, Konseling individu yaitu pertemuan antara konselor dengan seorang klien secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa rapor, dan konselor berupaya memberi bantuan untuk mengembangkan pribadi klien serta klien dapat mengantisipasi permasalahan yang sedang dihadapi. pelaksanaan konseling individu merupakan bantuan yang memungkinkan klien mendapat layanan secara langsung oleh seorang konselor agar klien dapat mengatasi masalah yang sedang

⁶² Dayakisni, T, Yuniardi, S, *Psikologi Lintas Budaya*. (Malang: Uum Press, 2005), Hal. 188

⁶³ Maslina Daulay, *Urgensi Bimbingan*, Hal. 147

dihadapi, serta klien dapat memahami dan menerima dirinya untuk memperoleh tujuan-tujuan hidup yang lebih realitas dalam rangka pembahasan dan pengentasan masalah.

Layanan Konseling Individu bertujuan diantaranya:

1. Melalui layanan konseling individu klien memahami seluk beluk permasalahan yang dialami secara mendalam dan komprehensif, serta positif dan dinamis (fungsi pemahaman).
2. Pemahaman itu mengarah kepada dikembangkannya persepsi dan sikap serta kegiatan demi terentaskannya permasalahan secara spesifik (fungsi pengentasan). Pemahaman dan pengentasan masalah merupakan focus yang sangat khas, kongkrit, dan langsung ditangani oleh layanan konseling individu.
3. Pemeliharaan dan pengembangan potensi klien dan berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latar belakang pemahaman dan pengentasan masalah klien dapat dicapai (fungsi pemeliharaan dan pengembangan). Bahkan secara tidak langsung, layanan konseling individu sering kali menjadikan pemeliharaan dan pengembangan potensi dan unsur-unsur positif klien sebagai focus dan sasaran layanan.
4. Pemeliharaan dan pengembangan potensi dan unsur-unsur positif klien, diperkuat dengan terentaskannya masalah, merupakan kekuatan bagi pencegahan penjaran masalah yang sedang dihadapi oleh klien tersebut, serta diharapkan dapat mencegah permasalahan-permasalahan baru yang mungkin timbul (fungsi pencegahan).
5. Apabila masalah yang dihadapi oleh klien menyangkut pelanggaran hak-hak yang dimiliki oleh klien sehingga klien merasa teraniaya (dalam keadaan tertentu) maka, layanan konseling individu dapat menangani sasaran yang bersifat advokasi.⁶⁴

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat di simpulkan bahwa pentingnya layanan konseling individu untuk mengatasi problematika penyesuaian diri dengan tujuan mencapai kehidupan tanpa mengalami kesulitan atau hambatan perilaku yang dapat membuat ketidakpuasan dalam jangka panjang, atau mengalami konflik dengan kehidupan social.

⁶⁴ Muhammad Husni, "Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme", *Al-Ibrah*/Vol. 2 No.2 Desember 2017, Hal 65.

BAB III

GAMBARAN UMUM DAN HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum

Gambaran umum yang peneliti maksud adalah uraian singkat mengenai situasi dan kondisi Pondok Tahfidh Yanbu'ul Qur'an 2 Muria yang terletak di Desa Dukuh Waringin RT 01 RW 02 Kecamatan Dawe Kabupaten Kudus, yang menjadi tempat penelitian guna menyelesaikan tugas akhir skripsi peneliti. Uraian singkat ini meliputi: sejarah PTPYQ 2 Muria, letak geografis, visi dan misi dan tujuan, sarana dan fasilitas pendidikan, kegiatan belajar, dan lain sebagainya.

1. Sejarah PTPYQ 2 Muria

Pondok Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an 2 Muria (PTPYQ 2 Muria) merupakan Pondok Tahfidh Putri pertama di Kabupaten Kudus, yang memadukan antara Program Tahfidh dan sekolah formal pada tingkat Madrasah Tsanawiyah (MTs). Nama Pondok Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an 2 Muria adalah pemberian dari Romo KH. Mc. Ulin Nuha Arwani, karena Pondok dan Madrasah ini berada di bawah naungan Yayasan Arwaniyyah. Dan untuk tambahan Kata "Muria" di belakang, karena Pondok ini berlokasi di Kawasan Kangjeng Sunan Muria (Gunung Muria). Teriring harapan, Pondok ini mendapatkan barokah dari Dua Tokoh Istimewa; As-Sayyid (R.) Umar Said (Kangjeng Sunan Muria) dan Hadhrotusy-Syaikh KH. Arwani Amin Said (Pendiri Pondok Tahfidh Yanbu'ul Qur'an).

PTPYQ 2 Muria berdiri atas kerjasama Yayasan Masjid dan Makam Sunan Muria (YM2SM) sebagai Penyelenggara, dengan Yayasan Arwaniyyah Kudus sebagai induk utama bagi program Tahfidhnya. Penandatanganan nota kerjasama YM2SM dengan Yayasan Arwaniyyah dilaksanakan pada hari Senin Kliwon, 18 Sya'ban 1438 H. bertepatan 15 Mei 2017 M, yang dihadiri oleh pihak Yayasan Masjid dan Makam Sunan Muria (YM2SM), serta Pengurus dari Yayasan Arwaniyyah Kudus.

PTPYQ 2 Muria berdiri di atas tanah wakaf dengan luas 6640 m². Pembangunan untuk fasilitas di PTPYQ 2 Muria direncanakan 4 lantai untuk gedung Madrasah dan 5 Lantai untuk Asrama. Pembangunan PTPYQ 2 Muria sudah dimulai sejak tahun

2015 yang diawali dengan peletakan batu pertama oleh al-Mukarram Romo KH. Mc. Ulin Nuha Arwani dan al-Mukarram Romo KH. Ulil Albab Arwani pada hari Senin, 02 Rabi'ul Awwal 1437 H / 14 Desember 2015 M.

Setelah peletakan batu pertama, pembangunan demi pembangunan untuk melengkapi infrastruktur di PTPYQ 2 Muria terus berjalan. Hingga akhirnya, pada hari Rabu Wage, 5 Dzulqo'dah 1439 H / 18 Juli 2018 M, PTPYQ 2 Muria diresmikan oleh al-Mukarram Romo KH. Mc. Ulin Nuha Arwani, disaksikan oleh Kepala Kantor Kementerian Agama Kabupaten Kudus dan Kepala Kantor Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Kudus, serta dihadiri oleh tokoh masyarakat di sekitar pondok, 'Alim Ulama' Kudus dan sekitarnya, serta para tamu undangan dari perwakilan berbagai daerah asal santri. Sebagai Ketua Umum Pengurus YM2SM sekaligus Penyelenggara PTPYQ 2 Muria, Drs. KH. Abdul Manaf memberikan kewenangan penuh kepada KH. Nur Khamim Lc., Pg.D selaku Pengasuh Pondok Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an 2 Muria.

2. Visi, Misi dan Tujuan PTPYQ 2 Muria

a. Visi

**Terwujudnya Hafidhah Qur'ani Amali, Unggul dalam Prestasi,
Berkarakter Islam Ahlusunnah Wal Jama'ah.**

Visi	Indikator
TERWUJUDNYA HAFIDHAH QUR'ANI AMALI	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memahami pokok-pokok ulumudin 2. Menerapkan metode tahfidh Al-Qur'an muhafadzah, muraja'ah, dan mudzakah yang terstruktur 3. Memiliki laboratorium tahfidh digital untuk memudahkan santri dalam menghafal •Dipandu oleh para ustadzah tahfidh 4. Melaksanakan kurikulum 2013 konsekwen dengan terintegrasi program tahfidh sehingga tidak membebani siswi/santri dalam

	<p>mempelajari materi sekolah dan menghafal Al-Qur'an</p> <p>5. Mewujudkan kemampuan Membaca, menghafal, dan memahami Al Quran dan Hadits</p>
<p>UNGGUL DALAM PRESTASI</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Unggul dalam disiplin 2. Unggul dalam aktivitas keagamaan 3. Unggul dalam kepedulian social 4. Unggul dalam pencapaian nilai AN 5. Unggul dalam berbagai lomba maple 6. Unggul dalam lomba KIR Berdakmah bil hikmah dan bil hal 7. Unggul dalam berbagai lomba olahraga 8. Unggul dalam berbagai lomba seni 9. Unggul dalam lomba keagamaan 10. Unggul dalam lomba pidato 11. Unggul dalam lomba menulis kreatif (sastra) 12. Beribadah istiqomah dan ikhlas 13. Komitmen berjamaah dan berjamiyyah
<p>BERKARAKTER ISLAM AHLUSSUNNAH WALJAMAAH</p>	<ol style="list-style-type: none"> a. Beraqidah Asy'ariyyah dan Maturidiyyah b. Berakhlakul karimah c. Bersikap Tawasuth, I'tidal,

	<p>Tasamuh, dan Amar Ma'ruf Nahi Munkar</p> <p>d. Nuansa dan amaliyah Ahlussunnah wal Jamaah An Nahdliyah dalam budaya madrasah</p>
--	---

b. Misi

- 1) Mewujudkan kurikulum dari pemerintah secara konsekuen terintegrasi program Tahfidh untuk memenangkan persaingan di era global
- 2) Mewujudkan kompetensi membaca, menghafal dan memahami al-Qur'an dan Hadits yang 'Amali
- 3) Mewujudkan keunggulan komunikasi Bahasa Inggris dan Bahasa Arab
- 4) Mewujudkan pembinaan kompetensi siswa secara kompetitif melalui pemberdayaan potensi kecerdasan yang dimiliki
- 5) mewujudkan peningkatan prestasi akademis dan non akademis
- 6) Membudayakan karakter akhlaqul karimah, keikhlasan dan istiqomah dalam beribadah, komitmen berjama'ah, beramanah ilmiah
- 7) Mewujudkan penjaminan mutu *Total Quality Management* (TQM) dengan *continous improvement* untuk memenuhi kepuasan pelanggan
- 8) Mewujudkan terpenuhinya fasilitas madrasah yang relevan, mutakhir dan berwawasan ke depan
- 9) Mewujudkan Madrasah ramah anak, nyaman, aman, rindang, asri, bersih, indah dan menyenangkan dalam budaya mutu amaliyah Ahlussunnah Wal Jama'ah Anahdliyyah
- 10) Mewujudkan pemahaman ilmu-ilmu yang dibutuhkan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi

c. Tujuan

- 1) Mengembangkan kurikulum 2013 konsekuen terintegrasi program tahfidh untuk memenangkan persaingan di era global

- 2) Meningkatkan kompetensi membaca, menghafal, dan memahami Al Quran dan Hadits yang amali
- 3) Meningkatkan keunggulan komunikasi Bahasa Inggris dan Bahasa Arab
- 4) Membudayakan pembinaan kompetensi siswa secara kompetitif melalui pemberdayaan potensi kecerdasan yang dimiliki
- 5) Meningkatkan peningkatan prestasi akademis dan non akademis
- 6) Meningkatkan kualitas proses pembelajaran, dan penilaian serta manajemen madrasah berbasis TIK
- 7) Membudayakan karakter akhlakul karimah, keikhlasan dan istiqomah dalam beribadah, komitmen berjamaah, beramanah ilmiah
- 8) Membudayakan penjaminan mutu *Total Quality Management (TQM)* dengan *continous improvement* untuk memenuhi kepuasan pelanggan
- 9) Memenuhi fasilitas sekolah yang relevan, mutakhir, dan berwawasan ke depan
- 10) Meningkatkan kualitas dan kuantitas SDM pelaksana pendidikan, melalui peberdayaan, pengembangan karir, promosi, mutasi, dan pemberian penghargaan
- 11) Menciptakan madrasah ramah anak, nyaman, aman, rindang, asri, bersih, indah, dan menyenangkan, dalam budaya mutu yang amaliyah *Ahlussunnah wal Jamaah An Nahdliyah*
- 12) Meningkatkan pemahaman ilmu-ilmu yang dibutuhkan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi

3. Struktur Kepengurusan lembaga PTPYQ 2 Muria

Secara kelembagaan bahwa kepengurusan Pondok tahfidh Yanbu'ul Qur'an 2 Muria, adalah bagian yang tidak terpisahkan dengan YM2SM, untuk itu Pondok ini adalah bagian dari unit Pondok yang berada dibawah naungan YM2SM, sehingga format kepengurusan adalah sebagai berikut: Penyelenggara : Pengurus YM2SM
Pelaksana :

Ketua : KH. Nur Khamim, Lc., Pg.D

Wakil Ketua : Drs. H. M. Nur Khudlri

Sekretaris : H. M. Afandi S.Pd.I

Bendahara : Muhdi

Sub Perbidang :

- a. Sub Bidang pendidikan:
 - 1) Ahmad Zainuri M.Pd.I
 - 2) Lina Fauzulmuna M.Pd
- b. Sub Bidang Koprasi:
 - 1) Kumarno
 - 2) Sugiyo
- c. Sub Bidang tenaga Kerja:
 - 1) Mustain
 - 2) Edy M
- d. Sub Bidang Logistik/Dapur:
 - 1) H.M. Warsudiyono
 - 2) Nor khalim
- e. Sub Humas dan penghubung walisantri:
 - 1) Sutarno
 - 2) H.M. Sholeh
- f. Pembantu umum:
 - 1) Mastur
 - 2) H. M. Bambang Budi Triyanto

Sedangkan pengelola pendidikan, khususnya Tahfidh Al Qur'an diawasi, dibimbing dan dibina oleh Yayasan Arwaniyyah Kudus dan pengurus bidang pendidikan YM2SM.

4. Kegiatan Kepesantrenan

a. Pondok Tahfidh

Adapun kegiatan ekstra di Pondok, merupakan kegiatan yang wajib diikuti oleh semua santri, yaitu sebagai berikut:

- 1) Tadarus Al Quran bersama setiap hari
- 2) Wajib jama'ah sholat 5 waktu di lokasi asrama
- 3) Sholat Tahajud setiap malam di asrama

- 4) Membaca Surat Yasin dan Yahlil setiap malam Jumu'ah
- 5) Membaca Al-Barzanji setiap malam Jumuah di asrama
- 6) Latihan Khitobah tiga bahasa setiap malam Jumu'ah di asrama
- 7) Ziaroh ke makam Kangjeng Sunan Muria setiap malam Jumu'ah kliwon
- 8) Ziaroh ke makam Hadhrotusy Syaikh KH. M. Arwani Amin Said di Kudus setiap 2 bulan
- 9) Halaqoh bersama dengan guru Tahfidh dan semua santri setiap sebulan sekali
- 10) Pembinaan Kitab Yanbu'a.
- 11) Kajian Kitab At-Tibyaan fi Adabi Hamalati al-Qur'an, setiap malam Selasa.
- 12) Kajian Kitab fikih, setiap Jumuah sore.

b. Madrasah Pagi

- 1) Mengikuti kegiatan pramuka, setiap hari Kamis
- 2) Mengikuti kegiatan olahraga, setiap Jumu'ah
- 3) Mengikuti kegiatan rebana, setiap hari Selasa
- 4) Mengikuti kegiatan kaligrafi, setiap hari Selasa
- 5) Mengikuti kegiatan Qiro'ah, setiap hari Ahad
- 6) Mengikuti kelompok bimbingan Bahasa Arab dan Bahasa Inggris setiap hari ba'da sholat dhuhur, dan malam Kamis.
- 7) Mengikuti bimbingan belajar, mata pelajaran prestasi bagi anak anak yang memiliki potensi
- 8) Mengikuti kegiatan keputrian

c. Jadwal Harian Santri

No	Waktu	Kegiatan
1	03.00 – 03.50	Bangun tidur, mandi dan sholat malam
2	03.40 – 04.15	Persiapan sholat Subuh berjama'ah
3	04.15 – 04.30	Sholat Subuh berjama'ah
4	04.30 – 06.00	Tahfidh Al-Qur'an Pagi (Halaqoh 1)
5	06.00 – 06.55	Sarapan, Sholat Dhuha dan persiapan

		sekolah
6	06.55 – 07.05	Do'a pagi, Asma'ul Husna, dan Tathbiq Lughawi
7	07.05 – 07.25	Musyafahah Al-Qur'an
8	07.25 – 12.30	KBM di Sekolah
9	12.30 – 13.00	Sholat Dhuhur berjama'ah
10	13.00 – 13.30	Makan siang dan pendampingan bahasa
11	13.30 – 14.45	Qoilulah
12	14.45 – 15.30	Mandi, Sholat Ashar berjama'ah
13	15.30 – 17.00	Tahfidh Al-Qur'an Sore (Halaqoh 2)
14	17.00 – 17.55	Istirahat dan makan
15	17.55 – 18.30	Sholat Maghrib berjama'ah
16	18.30 – 20.00	Tahfidh Al-Qur'an Malam (Halaqoh 3)
17	20.00 – 20.20	Sholat Isya' berjama'ah
18	20.20 – 21.20	Belajar malam/ Kajian Kitab/Bin-Nadhar
19	21.20 – 22.00	Belajar mandiri (Kondisional)
20	22.00 – 03.00	Istirahat malam (Tidur malam)

5. Fasilitas yang dimiliki Pondok Pesantren

Fasilitas yang dimiliki Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria sudah tergolong cukup memadai, santri-santri di Pondok ini difasilitasi sarana dan prasarana yang mumpuni untuk menunjang kegiatan belajar mengajar dan kepesantrenan. Adapun fasilitas yang dimiliki pesantren, yakni ;

No	Fasilitas
1	Asrama Pondok 5 lantai, dengan lift dan tangga manual
2	Aula
3	Dapur
4	Lapangan
5	Rumah Pengasuh 1 unit, 2 lantai

6	Ruang Kelas Madrasah, 18 Mts dan 7 MA (4 Lantai)
7	Ruang Pengurus Yayasan
8	Ruang Kepala Madrasah
9	Ruang Guru Mts & MA
10	Ruang TU dan Administrasi
11	Ruang Kesehatan UKS 24 Jam
12	Ruang Laboratorium Komputer
13	Ruang Laboratorium IPA
14	Ruang Laboratorium Bahasa
15	Ruang Laboratorium Keputrian
16	Ruang Bimbingan Konseling
17	Perpustakaan
18	Musholla
19	Minimarket (Yanbu' Mart)
20	Kamar Mandi disetiap lantai
21	Pos Satpam 24 jam
22	Gudang

6. Biografi Santri Asal Amerika

Nama : Ammarah Baker
Tempat, Tanggal Lahir : Montgomery, 01 Februari 2005
Alamat : Ibis Lane Upper Marloboro MD Marylane, USA
Nama Ayah : Naim Ibn Yusuf Baker
Nama Ibu : Aminah Maryadi Kami

B. Problematika Penyesuaian diri santri asal amerika dipondok tahfidh putri yanbuul qur'an 2 muria

Pondok Tahfidh Yanbuul Qur'an 2 Muria adalah salah satu Pondok Pesantren terbesar di Kabupaten Kudus. Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti kepada Pengasuh, K.H Nur Khamim Hadziq, Lc., M.Pd, diketahui bahwa saat ini PTPYQ 2

Muria menerima santri kurang lebih 700 santri dari dalam maupun luar provinsi, bahkan luar negeri. Beberapa santri dari luar negeri, salah satunya adalah santri dari Amerika yang mengalami problem dalam menyesuaikan diri. Problematika dalam penyesuaian diri ini dianggap sebagai “*hot problem*”. Hal inilah yang menyebabkan peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut terkait problematika penyesuaian diri santri asal Amerika, hingga peran layanan konseling individu dalam mengatasi problematika tersebut.

Problematika tersebut dapat dilihat dari keseharian santri dalam bergaul dengan lingkungannya. Karakteristik atau ciri-ciri yang dimiliki oleh santri asal Amerika sehingga dapat dikatakan belum mampu menyesuaikan diri dengan baik adalah :

1. Mengalami kesedihan dan kesepian

Santri/klien yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri seringkali merasa sedih dan kesepian dilingkungan baru. Individu merasa tertekan dengan tuntutan dan harapan yang ada, serta mengalami kesulitan dalam mengatasi tekanan dan perubahan. Hal ini selaras dengan hasil wawancara dengan AB, santri asal Amerika. Ia mengatakan :

“Saya merasa tertekan dan mengalami kecemasan yang berlebihan akibat dari beban pikiran yang terlalu banyak, Jauh dari keluarga, teman-teman, dan lingkungan yang akrab membuat saya merasa kesepian, Situasi lingkungan yang baru membawa beban tuntutan yang tinggi. Seperti, tuntutan sosial, tuntutan akademik, yang baru dan tidak dikenal sebelumnya”

Hal ini sama dengan yang disampaikan oleh ibu Titik Purwanti S.Pd selaku konselor, beliau mengatakan :

“Berdasarkan penilaian saya, proses dalam individu ini menyesuaikan diri seringkali menunjukkan kesedihan dan kegelisahan sehingga menyebabkan stress dan cemas yang berlebih, terkadang sampai kurang bisa berkonsentrasi dengan baik. Perubahan yang terjadi, termasuk perubahan rutinitas, lingkungan, dan hubungan sosial, menyebabkan individu mengalami tingkat stress yang tinggi. Individu merasa sendiri.”

2. Ketidakpercayaan diri

Individu yang belum bisa menyesuaikan diri memiliki kepercayaan diri yang rendah, hal ini karena individu tidak mampu menghadapi tantangan baru dan meragukan kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan yang berbeda. Hal ini sama dengan yang disampaikan AB dalam wawancara:

“Saya seringkali merasa minder dengan teman-teman saya, perihal kemampuan akademik, kemampuan social yang membuat saya merasa gagal

dan hampir putus asa. Saya terkadang merasa ragu mampu menjalani studi disini sampai akhir.” (wawancara maret 2023)

Hal ini juga disampaikan oleh, Ibu Jumi'ah S.Pd, :

“Memang terkadang santri merasa minder karena melihat pencapaian teman-temannya, yang sudah lebih jauh dari dia. Namun pihak pondok terus memberikan *support* kepada santri dan memberikan apresiasi agar terus semangat belajar dan bertahan”

3. Kerinduan akan keluarga

Kerinduan akan keluarga adalah hal yang umum terjadi kepada individu yang baru saja menjajakkan diri dilingkungan yang baru, sesuai dengan yang dikatakan oleh AB dalam wawancara :

“Seringkali saya merasa *homesick* dan selalu ingin kembali ke Negara asal saya, saya rindu kebiasaan saya dirumah dan hal-hal yang tidak bisa saya dapatkan disini, tetapi perlahan saya menyibukkan diri dengan ikut kegiatan yang positif dan menyenangkan agar tidak terus-terusan mengingat dan meratapi kesedihan”

4. Kesulitan memecahkan permasalahan

Hal ini disebabkan oleh ketidakfamiliaran dengan lingkungan, norma, dan cara kerja yang berbeda dari daerah asal. Berdasarkan hasil wawancara dengan santri asal amerika, ia menjelaskan :

“saya sering bingung menghadapi sesuatu didepan saya, seringkali saya tidak bisa berpikir positif dan menyalahkan diri sendiri atas apa yang terjadi.”

5. Keengganan untuk berhubungan dengan orang lain

Berdasarkan hasil wawancara dengan santri asal amerika, ia menjelaskan :

“Karena keterbatasan, kesulitan saya memulai pecakapan dengan orang baru karena belum menguasai bahasa daerah setempat membuat saya enggan untuk berhubungan dengan lingkungan, minim interaksi inilah yang menyebabkan kesepian kegelisahan yang berlebih”

Adapun berbagai problematika penyesuaian diri yang dihadapi santri asal Amerika yaitu penyesuaian terhadap bahasa, budaya, pola hidup:

a. Problematika Penyesuaian diri terhadap bahasa

Santri asal Amerika yang mengalami problematika penyesuaian diri mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dengan sekitar, hal tersebut dikarenakan perbedaan bahasa santri asal Amerika berbeda dengan lingkungan sekitar yang mayoritas menggunakan bahasa Indonesia, bahkan bahasa daerah, sehingga

menyebabkan santri tersebut kesulitan dan sering menutup diri menjadi pendiam. Hal ini sama dengan yang disampaikan oleh santri asal Amerika tersebut, bahwa :

“Bahasa adalah permasalahan utama yang membuat saya frustrasi, karena bahasa merupakan sebuah kunci menjalin komunikasi dengan lingkungan. Mayoritas santri memakai bahasa Indonesia, dan hanya sedikit yang lancar berbahasa Inggris, jadi setiap hari saya sering merasa stress dan cemas, saya harus menggunakan bahasa isyarat, teman saya sedikit. Banyak yang takut berteman dengan saya karena perbedaan bahasa dan budaya. belum lagi masalah yang lain. Terkadang karena kesulitan saya, saya berpikir untuk pulang ke Negara asal, dan tidak melanjutkan pendidikan disini lagi.” (Wawancara AB santri asal Amerika, Maret 2023)

Pendapat yang sama juga disampaikan oleh Konselor PTPYQ 2 Muria yang bertugas memberikan bimbingan, beliau mengatakan bahwa :

“Pondok Pesantren sini memang keseharian santri menggunakan bahasa Indonesia, hanya di waktu tertentu santri menggunakan bahasa asing Arab/Inggris. Maka dari itu, santri dari Amerika kesulitan dalam membangun hubungan dengan teman-temannya. Belum lagi problem budaya Barat yang masih melekat didalam diri santri Amerika yang berbeda dengan teman-temannya. Sebagai Konselor berusaha memberikan pendampingan dengan melatih santri untuk berbaur dengan temannya menggunakan bahasa isyarat sembari mempelajari bahasa Indonesia” (Wawancara Ibu Titik Purwanti S.Pd, Maret 2023)

Dengan solusi yang diberikan oleh Konselor untuk santri Amerika perlahan belajar berkomunikasi dengan bahasa Indonesia, diperlukan pihak-pihak yang mendukung dan membantu. Seperti pendapat yang disampaikan oleh Zahra teman akrab Santri asal Amerika yang lancar berbahasa Inggris, ia mengatakan bahwa :

“Santri dari Amerika ini orangnya tertutup dan pendiam, mungkin karena belum bisa adaptasi dengan lingkungan dan teman-teman, sebagai teman sekamar kami berusaha merangkul dan membantu kesulitan berbahasanya dengan mengajari per kosa kata bahasa Indonesia, misalnya eat adalah makan” (Wawancara Zahra teman akrab AB, Maret 2023)

Pendapat yang sama juga disampaikan oleh Murabbiyah/Pendamping bahasa Inggris, Ibu Jumi'ah S.Pd, beliau mengatakan bahwa :

“dari awal masuk, santri dari Amerika ini memang menjadi perhatian khusus bagi Pondok Pesantren, karena dia merupakan santri pertama dari Amerika. Sebagai bentuk support dari Pondok, Pengasuh memberikan amanat kepada saya untuk mendampingi dan bertanggung jawab penuh

terhadap keseharian santri asal Amerika ini, istilahnya sebagai pendamping dan penerjemah. Kebetulan saya juga merupakan guru bahasa Inggris di sekolah formal. Setiap hari saya amati, problematika terhadap penyesuaian bahasa ini merupakan masalah yang cukup berat bagi santri tersebut, kadangkala sampai merasa putus asa. Perlu support dari lingkungan untuk masalah ini.” (wawancara ibu Jumi’ah S.Pd, maret 2023)

b. Problematika Penyesuaian diri terhadap Penyesuaian *Culture*/ Budaya

Problematika terkait penyesuaian diri terhadap nilai, norma, dan budaya merupakan hal yang wajar dialami setiap individu yang baru menjajakkan diri di Negara asing. Namun, hal tersebut tidak bisa dianggap sepele dan termasuk sesuatu yang harus diperhatikan. Setiap budaya memiliki sistem nilai dan norma yang berbeda. Individu perlu memahami dan menghormati nilai-nilai dan norma-norma budaya baru tersebut, mencakup etika sosial, cara berpakaian, sikap terhadap waktu, dan perilaku sehari-hari yang dianggap baik atau buruk dalam budaya tersebut. Berdasarkan wawancara peneliti dengan santri asal Amerika, ada beberapa penyebab santri kurang bisa menyesuaikan diri dengan *culture* di Indonesia umumnya, dan di Pondok Pesantren khususnya. Salah satunya, *culture* barat yang individualis yang sudah melekat didalam diri santri.

“di Indonesia, khususnya di Pondok sini saya belajar dari nol terkait hal-hal yang sifatnya culture/budaya. Bahkan saya juga sempat mengalami culture shock berat saat awal tinggal disini. Salah satu contohnya, kebiasaan berpakaian, dulu sekolah tidak berjilbab dan dirumahpun jarang memakai jilbab, setelah disini saya memakai jilbab yang besar berbeda dengan teman-teman saya. Itu membuat saya kurang percaya diri, untungnya sekarang memakai seragam yang sama setiap hari. Kemudian budaya bersikap sopan dan santun terhadap orang yang lebih tua. di Pondok Pesantren setiap bertemu dengan ustadzah selalu mencium tangan, menunduk dan tidak berjalan membelakangi, juga menggunakan bahasa yang halus saat berbicara. Saya merasa kaget dan sulit menyesuaikan dengan budaya seperti ini. Saya dari kecil bersekolah negeri dan jauh dari lingkungan Islam disana, orang-orang di lingkungan saya individualis terhadap sekitar, kadang-kadang bertemu orang di jalan saja tidak bertegur sapa. di Pondok semuanya dilakukan dengan kebersamaan, sedangkan saya kurang bisa. Menyesuaikan kebiasaan orang-orang Indonesia yang berbeda dengan kebiasaan di Negara barat cukup membuat saya kesulitan menyesuaikan diri” (Wawancara AB, Maret 2023)

Perbedaan budaya yang signifikan juga menjadi masalah yang perlu diperhatikan dalam penyesuaian diri santri asal Amerika. Perbedaan nilai, norma, dan budaya antara individu dan lingkungan baru dapat menyebabkan benturan nilai dan norma. Individu mungkin mengalami kesulitan dalam memahami dan menerima nilai-nilai yang berbeda serta aturan dan norma yang berlaku di lingkungan baru. Pendapat ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Ibu Jumi'ah S.Pd :

“Santri asal Amerika ini mengalami culture shock yang juga terkadang membuat dirinya hampir menyerah, apalagi dengan culture Pondok Pesantren dan aturan-aturannya. Namun ustadzah dan seluruh lingkungan pondok tetap memberi support khusus kepada santri agar tetap bertahan dan tidak menyerah” (Wawancara Ibu Jumi'ah S.Pd, Maret 2023)

Penjelasan yang sama juga dijelaskan oleh Zahra, teman akrab santri asal Amerika :

“Santri asal Amerika ini memang sangat kaget dengan kehidupan barunya di Indonesia, bahkan masalah ibadah saja terkadang masih ada sedikit perbedaan yang ia rasakan. Meskipun hal tersebut tidak disalahkan. Apalagi dengan culture yang banyak sekali perbedaannya, seperti dia sering berangkat upacara jam 6 pagi dan berdiri sendiri ditengah lapangan karena kebiasaannya di Negara asal yang disiplin dan tepat waktu. Berdasarkan cerita yang saya dapatkan dari santri tersebut, perbedaan norma dan budaya seringkali membuat dia stress dan merasa bingung” (Wawancara Zahra, Maret 2023)

Individu yang berada di lingkungan yang baru dan berbeda budaya dapat merasa cemas dan bingung. Mereka mungkin belum terbiasa dengan tradisi, adat istiadat, kebiasaan sehari-hari, dan tata krama sosial yang berbeda. Hal ini dapat memicu kecemasan dan kebingungan dalam berinteraksi dengan lingkungan baru.

c. Problematika Penyesuaian diri terhadap Penyesuaian Pola Hidup

Problematika penyesuaian diri terhadap penyesuaian Pola hidup salah satunya adalah system pendidikan, system pendidikan ini juga merupakan problematika yang tak kalah penting untuk diperhatikan, kurang mampunya santri dalam menguasai mata pelajaran ataupun materi menjadi permasalahan yang mengganggu. Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti kepada santri

asal amerika, diketahui bahwa kurikulum system pendidikan pondok pesantren dan madrasah di Indonesia adalah sesuatu yang baru dimata santri tersebut.

“Tempat tinggal saya di Amerika jauh dari lingkungan muslim, pun saya juga dari taman kanak-kanak bersekolah disekolah negeri. Belajar agama hanya pada saat dirumah diajari oleh ibu dan ayah saya sebisanya. Kemudian disini madrasah yang muatan pelajaran agamanya sangat banyak, seperti Aqidah, Fiqih, Al-Qur’an Hadist, Bahasa Arab, Kitab Kuning. Pada saat ustadzah menjelaskan pakai bahasa Indonesia saya hanya diam tidak paham apa-apa. Halaqoh tahfidh al qur’an juga yang target setorannya setiap hari. Teman-teman saya banyak yang waktu masuk pondok sudah mempunyai cicilan hafalan alqur’an, sedangkan saya untuk melafalkan arab saja belum terbiasa, membaca al qur’an juga masih belum lancar dan harus belajar dari awal makharijul huruf. Hal ini menjadi tekanan bagi saya untuk menyesuaikan dengan situasi baru yang saya alami.” (Wawancara AB santri amerika, maret 2023)

Dari penjelasan tersebut dapat dilihat bahwa padatnya pelajaran dan target hafalan menjadi tekanan dan permasalahan baru bagi santri amerika. Penjelasan yang sama juga dijelaskan oleh Ibu Jumi’ah S.Pd,

“Permasalahan yang cukup berat adalah penyesuaian akademik, karena disini santri dituntut untuk bisa menguasai dan target hafalan 5 juz setiap tahun harus terpenuhi. Hal ini, menjadi tekanan dan beban pikiran bagi santri karena harus berusaha mengikuti kurikulum yang ada. Sebagai upaya mengatasi problematika yang dihadapi santri amerika ini, ustadzah memaklumi kondisi yang dialami santri karena harus belajar dari nol, jadi diadakan matrikulasi khusus pembelajaran tajwid. Namun harapannya santri harus bisa tetap mengejar” (Wawancara Ibu Jumi’ah S.Pd, maret 2023)

Sama halnya dengan yang dijelaskan oleh ibu Titik Purwanti S.Pd :

“Karena memang harus belajar dari nol hal-hal yang sama sekali belum pernah ia pelajari, tentu hal ini menjadi sesuatu yang tidak mudah dan menjadi beban bagi santri seusianya. Dalam menghadapi permasalahan ini, ustadzah madrasah pagi membantu dengan membuatkan soal ujian berbahasa inggris dan menjelaskan sedikit demi sedikit materi pelajaran dengan bahasa Inggris” (Wawancara Maret 2023)

C. Pelaksanaan Konseling Individu dalam mengatasi problematika penyesuaian diri santri asal amerika di pondok tahfidh putri yanbuul qur’an 2 muria

Berdasarkan wawancara peneliti dengan Ibu Titik Purwanti S.Pd, dapat diketahui bahwa, bimbingan konseling adalah salah satu kegiatan yang dianggap penting di

Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria dalam mendampingi santri-santrinya. Konselor bertugas melakukan pendampingan dan membantu menyelesaikan setiap permasalahan yang dihadapi santri. Oleh karena itu, dalam proses konseling perlu dilaksanakan dengan benar.

1. Waktu Pelaksanaan Konseling Individu di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria

Waktu Pelaksanaan Konseling Individu di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria, diketahui setiap hari ada 4-5 individu dengan berbagai permasalahan. Ada 3 Konselor yang bertugas piket setiap harinya dari pukul 07.00 hingga 21.30 WIB. Hal tersebut sesuai dengan yang disampaikan oleh Ibu Titik Purwanti S.Pd dalam wawancara.

“di Pondok sini konselor memang ditugaskan dari jam 7 pagi hingga jam setengah 10 malam dengan model shift. Ada 2-3 Konselor setiap harinya. Sudah menjadi program kami juga untuk setiap harinya melaksanakan layanan konseling Individu, dan juga kami siaga apabila santri membutuhkan konseling secara pribadi atau individu, sehingga permasalahan-permasalahan yang dihadapi santri bisa segera terbantu dan teratasi.” (wawancara maret 2023)

Santri yang memiliki masalah dan ingin konseling akan datang di waktu yang telah dijadwalkan. Seperti halnya yang disampaikan oleh pengasuh, KH.Nur Khamim, Lc. M.Pd., dalam wawancara

“Setiap 1 Konselor bertanggung jawab penuh memegang 150 Santri, untuk waktu pelaksanaan layanan konselingnya menyesuaikan kondisi. Hanya saja, setiap hari mulai pagi hingga malam ada konselor yang stanby piket di Pondok” (wawancara maret 2023)

Seorang Konselor diharapkan menjadi seorang pendengar dan pembimbing yang baik dan mampu membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi kliennya.

“Setiap harinya kami jadwalkan 4-5 orang untuk layanan konseling individu, dan konseling kelompok dilaksanakan rutin berkala menyesuaikan keadaan, dan bimbingan klasikal setiap 1 minggu 1 kali. Untuk konseling Individu setiap pertemuan bisa 45-60 menit sesuai kontrak perjanjian awal dengan santri” (wawancara maret 2023)

Dari keterangan tersebut dapat diketahui bahwa waktu pelaksanaan Konseling Individu bisa dilaksanakan setiap hari menyesuaikan problematika yang ada, dan dijadwalkan 4-5 klien setiap harinya.

2. Pelaksanaan Konseling Individu dalam mengatasi problematika penyesuaian diri santri asal Amerika

Konseling Individu sangat penting diperlukan untuk membantu santri menuju kehidupan yang harmonis dan seimbang. Setiap orang memiliki permasalahan, dan setiap permasalahan memiliki alternatif solusi, namun terkadang seorang yang memiliki masalah tidak bisa menyelesaikan masalahnya sendirian, perlu dibimbing dan dibantu seseorang yang lain. Melihat hal tersebut, Konseling Individu dibutuhkan di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria dalam mengatasi problematika Penyesuaian diri santri asal Amerika. Hal tersebut telah disampaikan dalam wawancara bersama ibu Titik Purwanti S.Pd.

“Santri asal Amerika mendapatkan beberapa kali layanan Konseling Individu untuk membantu santri menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, Konselor melakukan kerjasama dengan guru Bahasa Inggris yg juga sekaligus murabbiyah dalam pendampingannya untuk membangun kenyamanan santri. Konseling Individu dengan santri Amerika ini dilaksanakan 3x di awal masa orientasi, dan 2x pada saat santri konsultasi tentang permasalahannya dengan temannya.” (wawancara maret 2023)

Secara keseluruhan tahapan pelaksanaan konseling di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria dalam mengatasi problematika penyesuaian diri santri asal Amerika adalah sebagai berikut :

a. Tahap awal (*assessment*)

Pada tahap ini, *Pertama*, konselor membangun hubungan dengan santri/klien terlebih dahulu, dengan berkenalan dan mengobrol secara *face to face*. Tujuannya menciptakan kehangatan dan kenyamanan dengan klien. Dalam hal ini, Konselor melakukan kerja sama dengan pendamping harian/murabbiyah santri asal Amerika karena peran murabbiyah juga sebagai pendamping bahasa inggrisnya.

Dalam konteks konseling dengan santri asal Amerika, konselor dapat bekerja sama dengan pendamping harian atau murabbiyah santri tersebut. Pendamping harian atau murabbiyah berperan sebagai pendamping bahasa Inggris untuk santri tersebut. Kolaborasi dengan pendamping harian ini akan membantu dalam memfasilitasi komunikasi dan memastikan pemahaman yang

baik antara konselor dan santri yang berasal dari budaya dan bahasa yang berbeda.

Pendamping harian atau murabbiyah dapat membantu menerjemahkan dan menjembatani pemahaman antara konselor dan santri asal Amerika. Mereka dapat membantu mengklarifikasi bahasa atau ekspresi yang mungkin kurang dipahami oleh santri, serta membantu dalam mengartikulasikan perasaan dan pikiran santri dengan lebih baik.

Kerja sama antara konselor dan pendamping harian sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang inklusif dan mendukung bagi santri asal Amerika dalam proses konseling. Hal ini akan membantu memperkuat hubungan konselor-santri, serta memastikan bahwa komunikasi dan pemahaman yang tepat terjadi di antara mereka.

Keseluruhan tahap ini, konselor menggunakan pendekatan yang hangat, penuh perhatian, dan empatik dalam berinteraksi dengan santri atau klien. Mereka akan mendengarkan dengan seksama, menunjukkan minat yang tulus, dan menciptakan ruang aman bagi santri atau klien untuk berbagi pengalaman dan perasaan mereka.

Kedua, ketika hubungan konselor dengan klien sudah terjalin dengan baik, maka konselor melakukan identifikasi permasalahan yang dihadapi. Dalam kasus ini, yakni problematika penyesuaian diri. Konselor berusaha menggali dan merancang alternatif solusi yang mungkin dilakukan dalam permasalahan tersebut. Setelah hubungan antara konselor dan klien terjalin dengan baik, konselor akan melakukan identifikasi terhadap permasalahan yang dihadapi oleh klien. Dalam kasus ini, fokusnya adalah problematika penyesuaian diri. Konselor akan menggali lebih dalam untuk memahami akar permasalahan dan dampaknya terhadap klien.

Ketiga, Membangun perjanjian/Kontrak. Dalam hal ini konselor dan klien menyepakati perjanjian atau kontrak yang tidak memberatkan satu sama lain. Perjanjian atau kontrak ini bertujuan untuk mengatur kerangka waktu, tugas, dan kerjasama antara konselor dan klien dalam proses konseling. Beberapa elemen yang dapat dimasukkan dalam perjanjian atau kontrak antara lain:

- 1) Kontrak Waktu: Menentukan durasi atau jumlah sesi yang akan dilakukan dalam proses konseling. Hal ini membantu membatasi waktu dan memberikan kejelasan bagi klien mengenai lamanya proses konseling.
- 2) Kontrak Tugas: Menjelaskan tugas-tugas yang akan dilakukan oleh klien dalam proses konseling. Misalnya, mengikuti tugas atau latihan tertentu di antara sesi konseling, mencatat perubahan yang terjadi, atau menggunakan teknik yang telah dipelajari.
- 3) Kontrak Kerjasama: Membahas kerjasama antara konselor dan klien, seperti saling menghormati, menjaga kerahasiaan informasi, dan berkomunikasi secara terbuka. Kontrak kerjasama juga mencakup kesepakatan tentang tanggung jawab dan peran masing-masing pihak dalam mencapai tujuan konseling.

b. Tahap Inti/Tindakan

Pada tahap ini, konselor terus menggali lebih dalam permasalahan yang dihadapi klien atau santri dengan menjaga hubungan terapeutik yang telah terbentuk sebelumnya. Jika santri atau klien berasal dari Amerika atau memiliki kemampuan berbahasa Inggris, konselor menciptakan ruang aman dan nyaman untuk mereka dalam berbicara tentang masalah yang sedang dihadapi.

Konselor menggunakan keterampilan mendengarkan aktif dan empati untuk memastikan bahwa klien merasa didengar dan dipahami. Memperhatikan bahasa nonverbal dan respons verbal klien untuk menunjukkan perhatian dan kepedulian. Konselor juga menggunakan teknik terapeutik yang sesuai untuk membantu klien dalam mengungkapkan perasaan dan pikiran mereka dengan jelas.

Klien yang memiliki kemampuan berbahasa Inggris, konselor memfasilitasi komunikasi dalam bahasa tersebut agar klien dapat mengungkapkan diri sesuai dengan kemampuannya. Ini akan membantu klien merasa lebih nyaman dan memastikan bahwa pesan-pesan yang ingin disampaikan oleh klien tidak terhalang oleh kendala bahasa. Selama proses ini, konselor juga senantiasa menghormati kepercayaan, nilai, dan budaya klien atau santri asal Amerika.

Tujuan tahap ini adalah untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang masalah yang dihadapi klien atau santri dan menciptakan lingkungan yang mendukung bagi mereka dalam berbagi dan menjelaskan situasi atau problematika yang dialami.

c. Tahap Akhir

Pada tahap ini, Konselor dan Klien/santri asal Amerika, membuat kesimpulan dari proses konseling yang telah dilaksanakan kemudian memberikan alternatif solusi bagaimana agar individu mampu menyesuaikan dirinya dengan baik, atau merencanakan tindakan selanjutnya yang akan dilakukan berdasarkan kesepakatan dengan klien.

Pada tahap ini, setelah konseling dilakukan dan konselor merasa bahwa klien atau santri asal Amerika telah menunjukkan perubahan perilaku yang positif, langkah selanjutnya adalah evaluasi proses konseling dan membuat kontrak perjanjian pertemuan selanjutnya. Tahapan ini melibatkan beberapa langkah berikut:

1) Evaluasi Proses Konseling:

Konselor dan klien akan melihat kembali proses konseling yang telah dilakukan. Mereka membahas perkembangan dan perubahan yang telah terjadi sejak awal konseling dilakukan. Konselor mengajukan pertanyaan evaluatif kepada klien, seperti apakah tujuan awal telah tercapai, apakah klien merasa lebih baik atau lebih mampu mengelola permasalahan yang dihadapi, dan bagaimana perasaan klien terkait proses konseling secara keseluruhan. Evaluasi ini membantu dalam memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang keefektifan konseling dan memberikan umpan balik kepada konselor dan klien.

2) Kontrak Perjanjian Pertemuan Selanjutnya.

Setelah evaluasi proses konseling dilakukan, konselor dan klien membuat kontrak perjanjian pertemuan selanjutnya. Kontrak ini mencakup jadwal pertemuan selanjutnya, frekuensi pertemuan, dan topik yang akan dibahas pada pertemuan berikutnya. Tujuannya adalah untuk menjaga kelanjutan proses konseling dan memastikan adanya tindak lanjut yang konsisten.

Hasil wawancara dengan Ibu Titik Purwanti S.Pd, “Pada proses pelaksanaan Konseling individu dalam mengatasi problematika penyesuaian diri santri asal Amerika, hampir sama seperti pada umumnya, lebih dulu santri/klien dipanggil untuk ke ruang konseling dan konselor memperkenalkan diri dan berusaha membangun kedekatan dengan santri/klien. Dalam hal ini, konselor memang bekerja sama dengan pendamping/murabbiyah bidang bahasa Inggris supaya klien merasa lebih dekat dan terbuka. Karena disini, keseharian santri masih menggunakan bahasa Inggris. Setelah suasana mulai hangat, dan komunikasi sudah terjalin dengan baik, konselor menyampaikan maksud dan mulai mengidentifikasi permasalahan penyesuaian diri yang dialami santri/klien. Kemudian, santri/klien menyepakati kontrak perjanjian proses konseling akan berjalan berapa lama dan seperti apa.”

Pada tahap inti konseling, konselor terus menggali permasalahan yang dialami dengan tetap menjaga suasana tetap hangat dengan klien, pada tahap ini telah ditemukan permasalahan yang begitu kompleks yang dihadapi santri/klien. Klien merasa kesulitan berkomunikasi dengan sekitar, *homesick*, konflik pertemanan, sulit menyesuaikan *culture* yang ada di Indonesia umumnya, dan Pondok Pesantren khususnya, dan kesulitan penyesuaian pembelajaran formal serta tahfidh al Qur’an dari nol. Hal tersebut menyebabkan santri/klien mengalami kecemasan berlebih dan hampir putus asa. Sebagai konselor disini harus menyikapi dengan empati permasalahan yang dihadapi klien, memberikan afirmasi positif dan feedback yang membantu klien menemukan solusi terbaik. Setelah proses konseling berjalan, pada tahap akhir konselor mengajak klien untuk menyimpulkan hasil dan melakukan evaluasi proses konseling sebelum membuat perjanjian konseling lanjutan.”

Hasil Wawancara dengan Ibu Jumi’ah S.Pd, Murabbiyah bertanggung jawab penuh mendampingi dan menjadi ibu kedua di Pesantren. dalam mengatasi problematika penyesuaian diri santri asal Amerika, Murabbiyah/pendamping bahasa Inggris juga ikut berperan dalam proses layanan konseling dengan dipastikan prosesnya tetap berjalan terarah sesuai alur. Diawali dengan menciptakan kenyamanan dengan santri/klien, menggali permasalahan, hingga

membantu merancang alternative solusi yang sesuai dengan problematika yang dihadapi santri/klien.

Hasil Wawancara dengan K.H Nur Khamim Lc., M.Pd, “dalam mengatasi problematika penyesuaian diri santri asal Amerika ini Tim BK/ Konselor berperan banyak untuk membantu klien menghadapi masalahnya, kini secara bertahap alternative solusi yang diberikan satu persatu dijalankan, tentu dalam hal ini banyak pihak yang ikut memberikan *support* kepada klien. Bahkan untuk sementara waktu guru pagi sekolah formal memberikan soal ujian berbahasa inggris khusus diberikan kepada santri Amerika. Hal ini menjadi salah satu bentuk *support* yang baik. Dengan alternative solusi seperti itu sedikit demi sedikit akan mengurangi kecemasan yang klien rasakan dan juga dapat menumbuhkan kenyamanan klien dalam menghadapi problematika penyesuaian akademik tanpa ketinggalan teman sebayanya.”

Hasil wawancara dengan AB Santri asal Amerika, “layanan konseling ini cukup membantu saya menghadapi permasalahan penyesuaian diri yang saya alami. Konselor mendengarkan dan memberikan kesempatan untuk merenung, mengungkapkan emosi, dan memproses perasaan yang mungkin sulit dibicarakan dengan orang lain. tidak hanya itu, bahkan alternative pemecahan masalah yang konselor berikan membuat saya mulai berpikir dan memahami perilaku yang mungkin mempengaruhi penyesuaian diri saya, konselor, ustadzah, dan teman dilingkungan juga ikut memberikan dorongan dan keyakinan pada kemampuan untuk mengatasi kesulitan, dan memberikan dukungan saat saya merasa cemas, stres, dan selalu mendampingi saya selama proses penyesuaian diri, mereka memvalidasi perasaan saya dan memberikan wawasan yang membantu saya merasa lebih diterima dan dipahami.”

3. Tujuan Pelaksanaan Konseling Individu

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan, konseling individu dirancang untuk mendukung pertumbuhan pribadi, meningkatkan kualitas hidup, dan membantu klien mencapai tujuan dan potensi mereka. Tujuan dari Konseling Individu sendiri adalah :

a. Membangun, menjaga, dan memelihara kesehatan mentalnya.

Menurut Ibu Titik Purwanti S.Pd, beliau mengatakan :

“Tujuan konseling individu dalam mengatasi problematika penyesuaian diri yang dialami santri asal Amerika ini, salah satunya juga untuk menjaga kesehatan mentalnya, karena kesehatan mental sangat berpengaruh juga dengan kesehatan fisik. Apabila mental sakit tentu akan menghambat aktivitas yang lain. Setelah beberapa kali konseling individu dilakukan bersama santri asal amerika, santri sudah mulai menunjukkan hal-hal positif sedikit demi sedikit. Harapannya, santri mampu mengaplikasikan bantuan dan alternative solusi yang diberikan agar kesehatan mentalnya terjaga”

Sejalan dengan hal itu, santri asal amerika, AB menjelaskan bahwa :

“Sebelum dilakukan pendampingan, bimbingan dan konseling oleh ustadzah saya memang merasa kesehatan mental saya terganggu sampai sulit untuk melakukan aktifitas dengan normal karena stress dan kurang fokus. Lalu, sedikit demi sedikit diberikan pemahaman dan membuat saya berpikir kembali jika saya mengalami stress yang berlebihan. Minimal saya bisa mengontrol dan mengendalikan pikiran saya ketika sedang stress. Meskipun belum sepenuhnya bisa benar-benar sehat mental, tetapi saya mulai memahami bahwa segala sesuatu butuh proses yang panjang”

Keterangan yang sama juga disampaikan oleh Ibu Jumi'ah S.Pd, beliau mengatakan bahwa :

“dilakukannya pendampingan dan konseling sejatinya memang bertujuan agar individu tersebut sehat secara mental, sebagai pendamping sehari-hari santri asal amerika, saya melihat perubahan-perubahan kearah yg positif sedikit demi sedikit setelah dilaksanakannya proses konseling beberapa kali. Santri mulai dapat memahami dan mengelola emosi dan stress. Pengelolaan stress adalah modal utama santri mewujudkan mental dan jiwa yang sehat”

b. Membangun kemampuan klien membuat dan mengambil keputusan yang lebih tepat.

Berdasarkan hasil wawancara dengan santri asal amerika, AB, Santri asal amerika menjelaskan bahwa:

“Awalnya saya mengadu kepada orang tua, saya sudah tidak betah disini, saya mau pulang ke Amerika saja, dan melanjutkan pendidikan disana. Tetapi orangtua meminta saya untuk memikirkan ulang keputusan saya, minimal dicoba dulu sampai liburan, yang artinya saya harus bertahan 1 tahun lagi disini, karena biaya dan urusan-urusan yang harus diselesaikan jika saya ingin pulang juga banyak dan ribet. Dalam waktu tersebut, saya juga sering cerita sama ustadzah dan teman-teman

saya, mereka sangat peduli. Ustadzah selalu memberikan pengertian kepada saya untuk mempertimbangkan lagi keputusan saya dan risikonya, ini membuat saya semakin berpikir dan perlahan menyadarkan saya akan perjuangan orang tua saya sampai dititik ini, saya tidak boleh gagal”

Sesuai dengan hasil wawancara sengan Ibu Titik Purwanti S.Pd:

“Dalam hal ini, Santri asal Amerika ini sempat hampir putus asa dan ingin kembali ke negara asal, maka dari itu konselor bekerja sama dengan santri untuk membantu mengidentifikasi dan memahami nilai-nilai dan tujuan hidup mereka. Ini melibatkan refleksi tentang apa yang benar-benar penting bagi santri secara pribadi dan apa yang ingin mereka capai dalam hidup. Konselor membantu santri melihat perspektif yang berbeda, menganalisis konsekuensi yang mungkin dari setiap pilihan, dan mempertimbangkan faktor-faktor penting sebelum membuat keputusan.”

Keterangan yang sama juga disampaikan oleh Zahra:

AB sering bercerita kepada saya akan kembali ke Negara asalnya karena sudah tidak kuat, bahkan orang tua nya pun tidak memaksakan, hanya disarankan untuk dipikirkan ulang dan tunggu liburan tiba. Tetapi setelah didampingi oleh ustadzah sepertinya AB sudah mulai memikirkan ulang keputusan yang akan dibuatnya, dan sampai sekarang AB masih disini menjalani kegiatan pondok seperti biasa dan sedikit demi sedikit berangsur lebih baik dari sebelumnya”

c. Mengubah perilaku negatif menjadi positif dan mengubah cara pandang klien terhadap masalah

Berdasarkan hasil wawancara, Ibu Jumi'ah S.Pd, menjelaskan bahwa:

“Santri diberikan dukungan dan bimbingan untuk mengubah perilaku negatif menjadi perilaku yang lebih positif. Ini melibatkan memberikan penghargaan dan penguatan terhadap perilaku positif yang dijalankan klien, sehingga memperkuat motivasi dan keinginan untuk mengadopsi perilaku positif yang baru. Seperti ketika, santri amerika ini mulai mencoba membuka diri dan ikut kegiatan *englishclub*, ustadzah memberikan apresiasi dan support agar ia lebih bersemangat dan betah di Pondok”

Sesuai dengan hasil wawancara sengan Ibu Titik Purwanti S.Pd:

“Konselor memberikan dukungan dan bimbingan kepada santri dalam mengembangkan keterampilan baru yang diperlukan untuk menggantikan perilaku negatif dengan perilaku yang lebih positif. Keterampilan ini dapat meliputi komunikasi efektif, pengaturan emosi, manajemen stres, pemecahan masalah, atau keterampilan sosial lainnya. Dalam pemecahan masalah, untuk membantu santri melihat masalah dari

sudut pandang yang berbeda, santri didorong untuk mengubah cara pandang mereka terhadap masalah. Melalui kerja sama ini, konselor membantu santri mengubah cara pandang mereka terhadap masalah, memperluas perspektif mereka, dan mengembangkan keterampilan pemecahan masalah yang lebih baik. Pada proses ini, santri diberdayakan untuk mengambil peran aktif dalam mengatasi masalah mereka.”

Keterangan yang sama juga dijelaskan santri asal amerika, AB menjelaskan bahwa:

“Konselor/ustadzah membantu saya untuk memahami perilaku negatif yang mungkin merugikan diri saya sendiri atau hubungan saya dengan orang lain. Perlahan, orang-orang sekitar menyadarkan saya untuk tidak berperilaku serba positif. Berusaha optimis, melakukan sesuatu dengan *happy*, dan menyibukkan diri dengan sesuatu yang bermanfaat.

BAB IV
ANALISIS KONSELING INDIVIDU DALAM MENGATASI
PROBLEMATIKA PENYESUAIAN DIRI SANTRI ASAL AMERIKA DI
PONDOK TAHFIDH YANBUUL QUR'AN 2 MURIA

A. Problematika Penyesuaian Diri Santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria

Penulis dalam bab ini akan menganalisa data yang telah di peroleh, yakni dengan melihat teori dan realita di lapangan. Analisa data ini dilakukan setelah data terkumpul baik melalui metode observasi, wawancara maupun dokumen-dokumen yang di peroleh.

Penyesuaian diri adalah proses dimana individu berusaha untuk beradaptasi dengan lingkungan baru atau situasi yang berbeda dari yang mereka alami sebelumnya. Penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamika yang terjadi secara terus menerus yang bertujuan untuk mengubah kelakuan guna untuk mendapatkan hubungan yang lebih serasi antara diri dan lingkungan.⁶⁵

Penyesuaian diri sangat penting dimiliki santri di pondok pesantren. Kemampuan penyesuaian diri berpengaruh positif terhadap berbagai aktivitas seseorang baik di dalam maupun di luar sekolah. Santri yang kesulitan menyesuaikan diri rentan mengalami stres. Seseorang yang tidak mampu mengatasi tuntutan dari lingkungan akan mengalami suatu kondisi tertekan, baik dari segi fisik maupun psikologis⁶⁶.

Proses penyesuaian diri tidak selalu linear, individu dapat mengalami kemajuan dan kemunduran dalam perjalanan mereka. Banyak individu yang mengalami problem penyesuaian diri, seperti halnya problematika penyesuaian diri yang dialami oleh santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Yanbuul Qur'an 2 Muria. Problematika penyesuaian diri merujuk pada masalah atau tantangan yang dapat muncul selama proses penyesuaian individu terhadap situasi yang baru.

Adapun karakteristik yang dimiliki oleh santri asal amerika sehingga dikatakan belum mampu menyesuaikan diri dengan baik. *Pertama*, santri tersebut mengalami

⁶⁵ Divie Oktaviana, "Problematika Penyesuaian Diri Remaja Terhadap Sekolah (Studi Deskriptif Di Man 3 Malang)", *Skripsi* Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. 2012, Hal.15-16

⁶⁶ Nuryani. "Dampak Kesulitan Menyesuaikan Diri Pada Santri". *Jurnal Bimbingan Dan Konseling* Vol. 4 No. 1. 2019. Hal. 176

kesedihan, kesedihan ini bermula dari kesulitan mengatasi tekanan dan perbedaan lingkungan, sehingga santri asal amerika tersebut seringkali merasa sedih dan kesepian karena kesulitan untuk menyesuaikan diri kedalam lingkungan baru, Pindah ke lingkungan baru berarti kehilangan lingkungan sosial yang sudah akrab, seperti keluarga, teman, dan lingkungan yang dikenal sebelumnya. Ketika seseorang berada di lingkungan baru, mereka mungkin menghadapi tekanan untuk beradaptasi dengan norma dan harapan yang berbeda. Sehingga rasa tidak mampu memenuhi harapan ini dapat menimbulkan perasaan sedih dan stres.

Kedua, Seseorang yang belum terbiasa menyesuaikan diri dalam lingkungan baru dapat mengalami rendahnya kepercayaan diri. Ketidakpercayaan diri ini muncul ketika santri tersebut merasa tidak mampu menghadapi tantangan baru yang dihadapinya. Lingkungan baru dapat terasa tidak familiar bagi seseorang yang belum terbiasa. Ketidakfamiliaran ini bisa mencakup aturan, norma, kebiasaan, dan tuntutan yang berbeda. Rasa tidak tahu atau tidak mengerti tentang hal-hal tersebut dapat mengurangi kepercayaan diri dalam menghadapi situasi baru.

Ketiga, kerinduan akan keluarga adalah hal yang umum dirasakan seseorang yang baru menjajakkan diri dilingkungan baru. Untuk mengatasi kerinduan terhadap keluarga dan keinginan untuk kembali ke negara asal, santri Amerika dapat mencoba untuk membentuk hubungan sosial yang kuat di lingkungan baru. Temukan teman yang memiliki minat yang sama. Memiliki jaringan sosial yang solid dapat mengurangi rasa kesepian dan memberikan dukungan emosional. Santri juga dapat menciptakan rutinitas dan kegiatan harian yang stabil dan melibatkan diri dalam kegiatan yang bermanfaat dan memuaskan. Ini dapat membantu mengisi waktu dengan kegiatan yang menyenangkan dan mengurangi perasaan rindu.

Keempat, Kesulitan dalam memecahkan masalah membuat individu merasa bingung atau terjebak ketika menghadapi situasi atau masalah yang kompleks, dan hal ini dapat berdampak pada kemampuan mereka untuk berpikir positif dan menyalahkan diri sendiri atas apa yang terjadi.

Hasil dari data yang telah diperoleh, beberapa problematika yang dihadapi santri asal Amerika dalam penyesuaian diri adalah penyesuaian terhadap bahasa, budaya, pola hidup dan lingkungan.⁶⁷

1. Perbedaan Bahasa

Bahasa menjadi salah satu tantangan utama bagi santri asal Amerika. Bahasa Indonesia sebagai bahasa utama di pesantren mungkin menjadi bahasa yang asing bagi mereka. Keterbatasan bahasa yang dimiliki oleh santri asal Amerika dapat membuat ia enggan untuk berhubungan dengan orang lain di pesantren. Ia merasa khawatir tidak dapat memahami atau dimengerti oleh santri dan staf lokal. Apabila individu tidak lancar berbicara dalam bahasa yang digunakan oleh kelompok, mereka mungkin mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dengan anggota kelompok. Hal ini dapat membuat mereka merasa tidak termasuk dalam percakapan dan aktivitas kelompok.⁶⁸, Akibatnya, ia cenderung memilih untuk menjaga jarak dan menghindari interaksi sosial. Berikut beberapa langkah yang dapat diambil untuk mengatasi kesulitan tersebut:

a. Belajar Bahasa Indonesia secara intensif:

Santri asal Amerika dapat fokus pada pembelajaran bahasa Indonesia dengan mengambil kursus bahasa, bekerja sama dengan tutor, atau menggunakan sumber belajar mandiri seperti buku, audio, atau aplikasi. Melakukan latihan praktik berkomunikasi dengan santri dan guru yang berbicara bahasa Indonesia juga sangat membantu.

b. Menggunakan bahasa tubuh dan isyarat:

Selama proses belajar bahasa Indonesia, santri asal Amerika dapat menggunakan bahasa tubuh, isyarat, dan ekspresi wajah untuk membantu menyampaikan pesan mereka. Bahasa tubuh yang jelas dan komunikasi non-verbal yang efektif dapat membantu dalam situasi di mana kata-kata mungkin sulit dipahami.

c. Mencari dukungan dari sesama santri:

⁶⁷ Dayakisni, T, Yuniardi, S, *Psikologi Lintas Budaya*, Hal. 188

⁶⁸ Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2009), Hal.127

Santri asal Amerika dapat mencari dukungan dari santri lain yang lebih fasih berbahasa Indonesia. Memiliki teman sejawat yang dapat membantu menerjemahkan dan menjelaskan hal-hal yang sulit dipahami dapat mengurangi isolasi sosial dan memberikan dukungan emosional.

d. Mengajukan pertanyaan dan berkomunikasi terbuka:

Penting bagi santri asal Amerika untuk aktif mengajukan pertanyaan dan meminta bantuan ketika mereka mengalami kesulitan dalam berkomunikasi. Mengkomunikasikan keterbatasan bahasa dengan jujur kepada santri dan guru lainnya juga dapat membantu mereka memahami situasi yang dihadapi dan memberikan bantuan yang diperlukan.

e. Berlatih komunikasi sehari-hari:

Santri asal Amerika perlu berlatih menggunakan bahasa Indonesia sehari-hari. Ini bisa dilakukan dengan terlibat dalam percakapan informal dengan sesama santri, berpartisipasi aktif dalam kegiatan pesantren, dan mencoba berinteraksi dengan masyarakat sekitar pesantren. Semakin sering mereka menggunakan bahasa Indonesia, semakin cepat mereka akan mengatasi kesulitan komunikasi.

Dalam beberapa kasus, pesantren juga dapat menyediakan program atau dukungan khusus untuk santri asing yang berusaha belajar bahasa dan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.

2. Perbedaan Budaya

Perbedaan nilai dan norma budaya antara negara asal dan lingkungan baru dapat menjadi sumber konflik dan kesulitan penyesuaian diri. Perbedaan pandangan tentang keluarga, gender, agama, atau etika sosial dapat menimbulkan kebingungan dan tantangan bagi santri asal Amerika yang mencoba menyesuaikan diri di pesantren di Indonesia.

Berikut beberapa langkah yang dapat diambil untuk mengatasi konflik dan kesulitan tersebut:

a. Mempelajari budaya dan nilai-nilai local

Santri asal Amerika dapat berusaha untuk memahami budaya dan nilai-nilai lokal di pesantren di Indonesia. Masalah yang akan dihadapi seperti tinggal terpisah dari keluarga, sulit mengatur keuangan, adanya masalah-masalah yang

bersumber dari tempat tinggal yang baru, adanya latar belakang sosial-budaya yang berbeda. Maka dari itu pentingnya mempelajari budaya dan nilai nilai local.⁶⁹

Mereka bisa mempelajari lebih lanjut tentang tradisi, kebiasaan, dan keyakinan yang dihormati di lingkungan baru mereka. Menunjukkan rasa hormat dan ketertarikan terhadap budaya setempat dapat membantu membangun pemahaman dan mengurangi konflik.

b. Mengamati dan belajar dari santri dan guru local

Santri asal Amerika dapat mengamati dan belajar dari santri dan guru lokal yang lebih berpengalaman. Pandangan bahwa pendidikan pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan keagamaan yang telah lama mempraktikkan pendidikan karakter dalam sistem pendidikannya dapat dibuktikan melalui sistem pendidikannya yang menerapkan konsep pendidikan yang integral, sebuah sistem pendidikan yang tidak hanya menitikberatkan pada pembelajaran yang menuntut para peserta didik untuk memahami dan menguasai materi-materi ajar yang ada di pesantren, tapi juga bagaimana peserta didik dapat menerapkan pengetahuan yang didapatkan melalui proses pembelajaran itu dalam kehidupan keseharian mereka.⁷⁰

Mereka dapat memperhatikan cara berperilaku, berinteraksi, dan menangani situasi tertentu yang mencerminkan nilai-nilai budaya setempat. Mengadopsi praktik yang sesuai dengan lingkungan baru dapat membantu mengurangi ketegangan dan meningkatkan kesesuaian.

c. Berkomunikasi dengan terbuka dan hormat

Penting bagi santri asal Amerika untuk berkomunikasi dengan terbuka dan hormat saat menghadapi perbedaan nilai dan norma. Mereka dapat menyampaikan pandangan mereka dengan sopan dan mengajukan pertanyaan ketika mereka tidak memahami atau ingin tahu lebih lanjut tentang praktik budaya yang berbeda. Melakukan dialog yang konstruktif dan saling

⁶⁹ Ana Fitriani, "Penyesuaian Diri Mahasiswa Pada Pembelajaran Daring" , *Jurnal J-Bkpi, Volume 02 No.01*, 2022, Hal.16

⁷⁰ Achmad Muchaddam Fahham, "Pendidikan Karakter Di Pesantren", *Aspirasi Vol. 4no. 1*, Juni 2013. Hal.29

mendengarkan dapat membantu mengatasi konflik dan menciptakan pemahaman bersama.

Maka dibutuhkan salah satu bentuk pola komunikasi dalam pembinaan akhlak ialah pembelajaran pesantren yang diterima oleh semua santri setiap hari, hal tersebut sangat berpengaruh besar dalam pembentukan dan pembinaan akhlak santri karena dalam materi pembelajaran tersebut⁷¹

d. Menyesuaikan diri secara bertahap

Penyesuaian diri adalah proses yang memerlukan waktu. Santri asal Amerika dapat berusaha menyesuaikan diri secara bertahap dengan mengamati, belajar, dan beradaptasi dengan norma-norma budaya yang berbeda. Pada dasarnya penyesuaian diri melibatkan individu dengan lingkungannya. Lingkungan yang dapat menciptakan penyesuaian diri yang cukup sehat bagi individu.⁷²

Santri asal Amerika juga dapat mencari dukungan dari sesama santri atau orang-orang dilingkungan Pondok Pesantren untuk membantu dalam proses penyesuaian ini.

e. Mengenali keberagaman dan mempertahankan identitas diri

Sementara menyesuaikan diri dengan nilai dan norma budaya baru, penting bagi santri asal Amerika untuk tetap mengenali keberagaman dan mempertahankan identitas diri mereka. Melakukan refleksi internal dan menjaga hubungan dengan budaya asal mereka dapat membantu dalam membangun keseimbangan antara penyesuaian dengan identitas diri yang unik.

Penting untuk mencatat bahwa dalam konteks pesantren, perbedaan nilai dan norma budaya juga bisa menjadi kesempatan bagi santri asal Amerika untuk memperluas pemahaman mereka tentang budaya dan memperkaya pengalaman belajar mereka.

3. Perbedaan Pola Hidup

Perbedaan pola hidup disini adalah perbedaan system pendidikan. Sistem/Kurikulum pendidikan dapat menjadi salah satu problematika dalam

⁷¹ Adeliah, "Pola Komunikasi Efektif Dalam Pembinaan Akhlak Santri Di Pondok Pesantren Ahlu Shuffah Muhammadiyah Bantaeng", *Skripsi* Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Makassar, 2022, Hal.55.

⁷² Sofyan Willis, *Remaja Dan Masalahnya*, (Alfabeta:Bandung, 2005), Hal. 55

penyesuaian diri bagi santri asal Amerika di pesantren di Indonesia. Berikut adalah analisis mengenai perbedaan kurikulum pembelajaran tersebut:

a. Isi Kurikulum

Kurikulum pembelajaran di pesantren di Indonesia mungkin berbeda dengan kurikulum yang diterapkan di sekolah-sekolah di Amerika Serikat. Kurikulum berbentuk pendidikan Agama Islam. Di dalam dunia pesantren, kegiatan belajar pendidikan Agama Islam lazim disebut sebagai ngaji atau pengajian. Kegiatan ngaji di pesantren pada praktiknya tingkatan awal ngaji sangatlah sederhana, yaitu para santri belajar membaca teks-teks Arab, terutama sekali Al-qur'an.⁷³

Tingkatan ini dianggap sebagai usaha minimal dari pendidikan agama yang harus dikuasai oleh para santri. Perbedaan ini dapat menjadi signifikan bagi santri asal Amerika yang mungkin tidak memiliki latar belakang agama Islam yang sama.

b. Metode Pembelajaran

Metode pembelajaran yang digunakan di pesantren juga mungkin berbeda dengan yang biasa digunakan di Amerika Serikat. Pengembangan KBM di Pondok Pesantren dalam bidang pendidikan pada dasarnya terdiri atas dua poros, yaitu pengembangan ke dalam (internal) dan keluar (external). Pesantren seringkali menerapkan metode pembelajaran yang lebih tradisional dan berpusat pada guru, dengan penekanan pada pembacaan, penghafalan, dan diskusi keagamaan. Santri asal Amerika mungkin perlu menyesuaikan diri dengan metode pembelajaran ini, yang mungkin berbeda dengan metode yang biasa mereka alami di negara asal.⁷⁴

c. Evaluasi dan Penilaian

Sistem evaluasi dan penilaian di pesantren juga dapat berbeda. Santri asal Amerika biasanya terbiasa dengan penilaian berbasis tugas, ujian, dan nilai angka. Di pesantren, sistem penilaian dapat lebih didasarkan pada penghafalan,

⁷³ Ahmad Arifai, "Pengembangan Kurikulum Pesantren, Madrasah Dan Sekolah", *Raudhah Volume 3 Nomor 2 Edisi Desember*, 2018, Hal. 14

⁷⁴ Robi'ul Afif Nurul Aini, "Adaptasi Sistem Pendidikan Pesantren Dalam Era Modernisasi", Sekolah Tinggi Agama Islam (Stai) At-Taahdzib Jombang, Hal.138

pemahaman Al-Quran, serta penilaian sikap dan perilaku keislaman. Santri asal Amerika mungkin perlu menyesuaikan diri dengan penilaian yang lebih subjektif dan holistik ini.

d. Materi Pelajaran

Materi pelajaran yang diajarkan di pesantren, terutama yang berkaitan dengan Islam dan kehidupan keislaman, mungkin berbeda dengan yang diajarkan di Amerika Serikat. Santri asal Amerika perlu membiasakan diri dengan konten dan konsep-konsep baru yang mungkin tidak mereka temui sebelumnya. Ini dapat memerlukan upaya ekstra untuk memahami dan menguasai materi pelajaran yang baru bagi mereka.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa banyaknya mata pelajaran dan target hafalan menjadi tekanan bagi santri dan permasalahan dalam menyesuaikan diri. Dalam menghadapi problematika penyesuaian diri terhadap kurikulum pembelajaran, penting bagi klien untuk memiliki sikap terbuka, kemauan untuk belajar, dan fleksibilitas dalam menghadapi perubahan. Dukungan dari guru, teman, dan lingkungan sekitar juga sangat penting dalam membantu individu mengatasi tantangan yang muncul dan sukses menyesuaikan diri dengan kurikulum pembelajaran baru.

B. Analisis Pelaksanaan Konseling Individu dalam mengatasi Problematika Penyesuaian diri Santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria

Berdasarkan dari hasil penelitian sebagaimana dipaparkan di bab sebelumnya diketahui bahwa, pelaksanaan konseling individu dapat menjadi salah satu pendekatan yang efektif dalam mengatasi problematika penyesuaian diri santri asal Amerika di pesantren. konseling individu memainkan peran penting dalam membantu santri mencapai kehidupan yang harmonis dan seimbang di pesantren. Konseling individu menyediakan ruang aman dan terpercaya di mana santri dapat berbagi permasalahan, emosi, dan tantangan yang mereka hadapi. Dalam proses konseling, konselor dapat memberikan bimbingan, dukungan, dan alat yang diperlukan untuk mengatasi masalah dan menemukan solusi yang efektif.

Penilaian saya terhadap pelaksanaan konseling individu dalam mengatasi problematika santri asal Amerika adalah cukup baik dalam mendampingi santri menyelesaikan masalah mereka, terutama dalam hal dukungan akademik dan dukungan sosial. Dukungan akademik yang diberikan melalui konseling individu membantu santri dalam mengatasi kesulitan dalam penyesuaian dengan kurikulum dan metode pembelajaran yang berbeda. Dukungan sosial juga penting dalam membantu santri merasa diterima dan terhubung dengan lingkungan sekitarnya.

Melalui konseling individu, santri mendapatkan ruang untuk berbagi dan mendapatkan dukungan emosional yang diperlukan untuk mengatasi tantangan penyesuaian diri mereka. Dengan demikian, konseling individu dapat menjadi alat yang efektif dalam membantu santri asal Amerika menghadapi problematika mereka dan mencapai penyesuaian yang lebih baik di lingkungan pesantren.

Konseling Individu yang diberikan oleh Konselor di PTPYQ 2 Muria sudah sesuai dengan teori yang ada. Telah dijelaskan di BAB II bahwa konseling individu adalah proses pemberian bantuan yang diberikan oleh konselor kepada klien untuk menyelesaikan masalahnya. Dalam Pelaksanaan Konseling individu, di PTPYQ 2 Muria ini terdapat dari 3 Konselor yang setiap harinya mendampingi santri tersebut.

Konseling individu yang dilakukan oleh konselor berdasarkan pada prinsip-prinsip teori dan praktik konseling yang telah mapan. Prinsip-prinsip ini meliputi etika konseling, penggunaan teknik konseling yang efektif, dan penerapan pendekatan yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik individu santri. Dengan adanya tiga konselor yang setiap harinya mendampingi santri, diharapkan ada kesempatan yang memadai untuk memberikan perhatian individual kepada santri dan membantu mereka menyelesaikan masalah yang dihadapi. Ini dapat meningkatkan efektivitas dan kualitas konseling individu yang diberikan kepada santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria. Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa waktu pelaksanaan Konseling Individu di Pondok Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an 2 Muria dilaksanakan setiap hari menyesuaikan problematika yang ada, dan dijadwalkan 4-5 klien setiap harinya, dan untuk waktu proses pelaksanaan konselingnya 45-60 menit

sesuai perjanjian awal dengan santri. Hal ini sudah sesuai teori dalam pelaksanaan konseling yaitu dalam negosiasi kontrak.⁷⁵

Pada pelaksanaan konseling di Pondok Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an 2 Muria meliputi beberapa tahapan, yaitu tahap pertama (assessment), tahap pertengahan, tahap akhir (kesimpulan dan evaluasi).⁷⁶ Pelaksanaan Konseling Individu bertatap muka secara langsung antara konselor dengan santri di ruang konseling. Setelah diuraikan pada bab terdahulu tentang teori yang ada kemudian penulis korelasikan dengan hasil penelitian yang penulis dapatkan Konseling individu dalam mengatasi problematika penyesuaian diri santri asal amerika di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria memiliki beberapa tahapan pelaksanaan diantaranya, tahap *pertama* yaitu konselor membangun hubungan dengan santri/klien terlebih dahulu, dengan berkenalan dan mengobrol secara *face to face*. Tujuannya menciptakan kehangatan dan kenyamanan dengan klien. Dalam hal ini, Konselor melakukan kerja sama dengan pendamping harian/murabbiyah santri asal Amerika karena peran murabbiyah juga sebagai pendamping bahasa inggrisnya.

Tahap *kedua*, konselor akan terus menggali lebih dalam permasalahan yang dihadapi klien atau santri dengan menjaga hubungan terapeutik yang telah terbentuk sebelumnya. Jika santri atau klien berasal dari Amerika atau memiliki kemampuan berbahasa Inggris, konselor akan menciptakan ruang aman dan nyaman untuk mereka dalam berbicara tentang masalah yang sedang dihadapi.

Tahap *Ketiga*, Konselor dan Klien/santri asal Amerika, membuat kesimpulan dari proses konseling yang telah dilaksanakan kemudian memberikan alternatif solusi bagaimana agar individu mampu menyesuaikan dirinya dengan baik, atau merencanakan tindakan selanjutnya yang akan dilakukan berdasarkan kesepakatan dengan klien.

Pelaksanaan konseling individu di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria merupakan suatu proses bantuan yang diberikan oleh pihak pondok kepada santri asal Amerika. Tujuan dari konseling individu adalah untuk memberikan bantuan yang

⁷⁵ Juli Andriyani, "Konsep Konseling Individual Dalam Proses Penyelesaian Perselisihan Keluarga", *Jurnal At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam*, Vol. 1 No. 1, 2018, Hal.27

⁷⁶ Sofyan Willis, *Konseling*, Hal 51

dibutuhkan dalam mengatasi masalah penyesuaian diri santri sehingga mereka dapat menjalani dan mengikuti aktivitas pendidikan di pondok dengan lebih baik.

Melalui konseling individu, santri asal Amerika dapat mendapatkan dukungan, panduan, dan pemahaman yang dibutuhkan dalam mengatasi tantangan penyesuaian diri di lingkungan pondok. Konselor yang terlibat dalam proses konseling akan mendampingi santri secara individu untuk membantu mereka mengidentifikasi, memahami, dan menyelesaikan masalah yang dihadapi.

Dalam konteks Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria, konseling individu menjadi sarana yang penting dalam memberikan bantuan dan dukungan bagi santri asal Amerika agar dapat beradaptasi dengan lingkungan pesantren, memahami budaya lokal, mempelajari bahasa, memahami nilai dan norma, serta mengatasi tantangan akademik yang mungkin timbul akibat perbedaan kurikulum dan metode pembelajaran.

Menurut analisis penulis, dalam melaksanakan konseling individu materi yang disampaikan diantaranya mengenai pengenalan lingkungan dan kegiatan yang ada di Pondok, cara berinteraksi yang baik, cara berperilaku yang sopan dan santun, cara berta'aruf atau saling mengenal sesama walaupun berlatar belakang yang berbeda-beda tapi tetap saudara, cara menanamkan sikap bertanggung jawab, cara menjadi santri yang dapat berakhlakul karimah, dan mata pelajaran yang diajarkan di Pondok.

Dengan adanya konseling individu yang dilakukan oleh pihak pondok, santri asal Amerika memiliki sumber daya yang dibutuhkan untuk menghadapi dan mengatasi problematika penyesuaian diri mereka. Hal ini membantu mereka untuk mencapai keseimbangan dan keberhasilan dalam menjalani pendidikan di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria.

Menurut analisis penulis, dengan adanya konseling individu yang diberikan oleh konselor, santri asal amerika mulai memiliki pemahaman baru tentang dirinya sendiri. Ada beberapa tujuan dan manfaat konseling individu dalam membantu santri asal amerika :

1. Membangun Menjaga Dan Memelihara Kesehatan Mentalnya.

Konseling individu membantu individu untuk lebih membangun diri mereka sendiri, termasuk emosi, pikiran, mental, dan pola perilaku mereka. Melalui proses

konseling, individu dapat mengeksplorasi dan mengidentifikasi faktor-faktor yang mungkin menyebabkan masalah kesehatan mental, dengan demikian memperoleh wawasan yang lebih dalam untuk membangun mental dalam diri mereka sendiri. Konseling individu memberikan ruang bagi seseorang untuk berbagi perasaan, pikiran, dan tantangan yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari. Dengan mendiskusikan masalah mereka dengan seorang profesional, klien dapat mengurangi tingkat stres dan kecemasan yang mereka rasakan, sehingga mampu menjaga dan mengendalikan mental dirinya.

Konselor dapat membantu individu untuk memelihara Kesehatan mentalnya, mengelola stres, mengatasi kecemasan, mengatasi trauma, dan mengatasi perasaan negatif lainnya. Dengan keterampilan ini, individu dapat mengatasi masalah dengan cara yang lebih sehat dan konstruktif. Hal ini membantu santri mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang diri mereka sendiri dan situasi yang mereka hadapi yang berbeda dengan kondisi sebelumnya.

2. Membangun Kemampuan Klien dalam Membuat Dan Mengambil Keputusan Yang Lebih Tepat.

Melalui sesi konseling individu, konselor dapat membantu klien memahami nilai-nilai mereka yang mendasari dan mengklarifikasi tujuan hidup yang penting bagi mereka. Hal ini membantu klien dalam mengidentifikasi prioritas mereka dan membuat keputusan yang sesuai dengan nilai-nilai dan tujuan yang mereka anut.

Melalui sesi konseling individu, konselor dapat membantu klien memahami nilai-nilai mereka yang mendasari dan mengklarifikasi pandangan hidup yang penting bagi mereka. Hal ini membantu klien dalam mengambil keputusan mereka dan membuat keputusan yang sesuai dengan nilai-nilai dan tujuan yang mereka anut. Dengan bimbingan konselor, santri dapat mengembangkan strategi yang efektif untuk menghadapi permasalahan dan mengelola diri mereka dengan baik.

3. Mengubah Perilaku Negatif Menjadi Positif Dan Mengubah Cara Pandang Klien Terhadap Masalah.⁷⁷

⁷⁷ Ahmad Putra, "Dakwah Melalui Konseling Individu", *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 2 No. 2. 2019, Hal. 104-107

Konseling individu membantu klien dalam meningkatkan kesadaran terhadap pola perilaku negatif dan cara pandang yang tidak sehat. Dengan kesadaran yang diperoleh, klien dapat mengenali dan memahami mengapa perilaku dan cara pandang mereka tidak menguntungkan. Ini membuka pintu untuk perubahan positif. konselor membantu klien mengidentifikasi faktor-faktor pemicu yang menyebabkan perilaku negatif atau pandangan yang tidak sehat. Ini bisa berupa stres, trauma masa lalu, pola pikir yang negatif, atau pengalaman buruk lainnya.

Dengan mengetahui faktor-faktor ini, klien dapat belajar bagaimana menghadapinya dengan lebih baik. Konselor memberikan dukungan dan bimbingan kepada santri dalam mengembangkan keterampilan baru yang diperlukan untuk menggantikan perilaku negatif dengan perilaku yang lebih positif.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian di lapangan dan analisis data sebagaimana dipaparkan pada bab sebelumnya dapat disimpulkan bahwa :

1. Problematika penyesuaian diri yang dialami santri amerika disebabkan oleh perbedaan bahasa, perbedaan nilai, norma, dan budaya, kurikulum pembelajaran yang berbeda dengan sebelumnya. Hal ini menjadi tantangan bagi mereka dalam beradaptasi dengan lingkungan yang baru. Adapun, adanya problematika tersebut akibatnya santri mengalami tingkat stress dan kecemasan yang tinggi, rasa kurang percaya diri, serta gangguan fisik dan emosional. Dalam menghadapi problematika ini, konseling individu dapat menjadi salah satu alternative solusi untuk membantu santri mengatasi masalah penyesuaian diri tersebut.
2. Konseling Individu dalam mengatasi problematika penyesuaian diri santri asal Amerika di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria, diketahui sudah sesuai dengan teori yang ada. Pada tahapan pelaksanaan konselingnya meliputi 3 tahapan, tahap awal (assessment), tahap pertengahan (inti), dan tahap akhir (kesimpulan dan evaluasi). Melalui konseling individu, santri asal Amerika dapat mengatasi problematika penyesuaian dirinya dan meraih kehidupan yang harmonis dan seimbang, minimal setelah proses pelaksanaan konseling, ia dapat membangun kesehatan mentalnya, mampu membuat dan mengambil keputusan dengan tepat, dan mendapatkan pemahaman yang baru akan dirinya yang lebih positif. Kemudian, Individu mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, termasuk bahasa, budaya, dan system pembelajaran yang berbeda dengan sebelumnya, karena dengan bantuan konselor, ia dapat mengatasi kesulitan penyesuaian dan mengembangkan strategi dan keterampilan yang diperlukan untuk sukses di lingkungan pesantren.

B. Saran

Setelah dilakukan penelitian di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria, Maka demi meningkatkan kualitas pelayanan layanan konseling individu yang diberikan maka penulis memberikan saran:

1. Bagi Pondok Pesantren

- 1) Pengembangan Program Konseling yang Komprehensif: Penting untuk mengembangkan program konseling individu yang komprehensif yang mencakup berbagai aspek kehidupan santri. Hal ini dapat meliputi aspek akademik, sosial, emosional, dan spiritual. Dengan program yang komprehensif, santri akan mendapatkan dukungan yang holistik dan berkelanjutan dalam menghadapi berbagai masalah penyesuaian diri.
- 2) Pentingnya diadakan evaluasi dan pemantauan berlanjut terhadap pelaksanaan konseling individu di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria. Ini meliputi evaluasi terhadap program konseling, kualitas interaksi antara konselor dan santri, serta pencapaian tujuan yang telah ditetapkan. Melalui evaluasi yang terus-menerus, dapat dilakukan perbaikan dan penyesuaian yang diperlukan untuk meningkatkan efektivitas konseling individu.

Dengan mengimplementasikan saran-saran ini, diharapkan pelaksanaan konseling individu di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria dapat menjadi lebih efektif dalam membantu santri mengatasi masalahnya.

2. Bagi Santri asal Amerika

- 1) Tetap Positif dan Terbuka Terhadap Perubahan. Merima bahwa penyesuaian diri memerlukan waktu dan kesabaran. Tetap positif, terbuka terhadap perubahan, dan terus berusaha untuk beradaptasi dengan lingkungan baru.
- 2) Penting untuk menjaga kesehatan fisik dan mental. Mengelola stres dengan baik akan membantu santri dalam menghadapi permasalahan penyesuaian diri dengan lebih baik.

C. Penutup

Alhamdulillahirabbil 'alamin, akhirnya penulis mampu menyelesaikan skripsi ini guna untuk memenuhi kewajiban sebagai mahasiswa dan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana. Penulis menyadari bahwa skripsi ini dilihat dari

bentuk, isi, maupun sistematika penulisannya masih belum sempurna. Oleh karenanya penulis mengharapkan kritik dan saran guna penyempurnaan penulisan skripsi ini. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi yang telah dibuat ini dapat membawa manfaat yang nyata khususnya dalam hal pengembangan keilmuan layanan konseling individu dan penyesuaian diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Adeliah. 2002. "Pola Komunikasi Efektif Dalam Pembinaan Akhlak Santri Di Pondok Pesantren Ahlu Shuffah Muhammadiyah Bantaeng", *Skripsi* Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Makassar: Makassar.
- Agung Prasetya, Marzuqi. 2014. "Korelasi Antara Bimbingan Konseling Islam Dan Dakwah", *Stikes Muhammadiyah Kudus Addin* Vol. 8, No. 2
- Akhyar Saiful, Lubis. 2007 *Konseling Islami*, (Yogyakarta: Elsaq Press)
- Aliah, Diniatul. 2018. "Pelaksanaan Konseling Individu Dalam Mengatasi Perilaku Agresif Siswa Di Mts Al-Khoiriyah Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam). Skripsi Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Uin Walisongo Semarang.
- Aliah, Diniatul. 2018. "Pelaksanaan Konseling Individu Dalam Mengatasi Perilaku Agresif Siswa Di Mts Al Khoiriyah Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam)". *Skripsi* Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Uin Walisongo Semarang.
- Amiludin. 2020. "Konseling Individu Membentuk Pribadi Berkarakter Siswa Di Sma Negeri 2 Baru", *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, Vol 7 No 2.
- Andriyani, Juli. 2018. "Konsep Konseling Individual Dalam Proses Penyelesaian Perselisihan Keluarga", *Jurnal At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam*, Vol. 1 No. 1.
- Arifai, Ahmad. 2018 "Pengembangan Kurikulum Pesantren, Madrasah Dan Sekolah", *Raudhah Volume 3 Nomor 2 Edisi Desember*, Hal. 14
- Binti Yasa, Rawdhah. 2015. "Penyesuaian Diri Anak Perempuan Dalam Menghadapi Perubahan Zaman", *International Journal Of Child And Gender Studies*, Vol. 1, No. 2.
- Bustan, Radhiya. Sutiasasmitha, Emmalia. 2018. "Pengabdian Kepada Masyarakat Pelayanan Konseling Individu Dan Kelompok Pada Warga Binaan Di Lembaga Pemasarakatan Wanita Tangerang". *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, Vol. 4, No. 4.
- Candrawati, Dewi. 2019 "Persepsi Terhadap Pola Asuh Demokratis Dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa", *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, Vol 8, No 2.
- Candrawati, Dewi. 2019. "Persepsi Terhadap Pola Asuh Demokratis Dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa", *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, Vol 8, No 2
- Choirudin, Muchamad. 2015. "Penyesuaian Diri: Sebagai Upaya Mencapai Kesejahteraan Jiwa." *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam* 12.1

- Choirudin, Muchamad. 2015. "Penyesuaian Diri: Sebagai Upaya Mencapai Kesejahteraan Jiwa." *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam* 12.1
- Daulay, Maslina. 2018. "Urgensi Bimbingan Konseling Islam Dalam Membentuk Mental Yang Sehat", *Hikmah* 12.1
- Dayakisni, T, Yuniardi, S. 2005. *Psikologi Lintas Budaya*. (Malang: UMM Press)
- Devi, Linggarsari. 2015. "Hubungan Antara Komunikasi Orang Tua-Anak Dengan Penyesuaian Diri Santri Di Pondok Pesantren Tradisional Dan Modern". Skripsi Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora Universitas Negeri Islam Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Fahham, Achmad Muchaddam. 2013. "Pendidikan Karakter Di Pesantren", *Aspirasi* Vol. 4no. 1.
- Fahmi, Musthofa. 1982. *Penyesuaian Diri, Pengertian Dan Peranannya Dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta: Bulan Bintang)
- Fahmy, Musthafa. 1982. *Penyesuaian Diri Pengertian Dan Peranannya Dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta: Bulan Bintang)
- Fakhriyani, Diana Vidya. 2017. *Kesehatan Mental*. (Pamekasan: Duta Media Publishing)
- Fatimah, Enung. 2006. *Psikologi Perkembangan : Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung : Pustaka Setia)
- Fitriani, Ana. 2022. "Penyesuaian Diri Mahasiswa Pada Pembelajaran Daring" , *Jurnal J-Bkpi, Volume 02 No.01*
- Ghufron, Rini Risnawati. 2010. *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media)
- Hardani, Dkk, 2020. *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*, (Yogyakarta: Cv. Pustaka Ilmu Group)
- Hastuti, Weni. 2008. "Penyesuaian Diri. *Profesi (Profesional Islam) “: Media Publikasi Penelitian* 3
- <https://kemenag.go.id/read/kemenag-kaji-pelayanan-santri-luar-negeri-di-indonesia-zv41e> Diakses Pada 25 Oktober 2022, Pukul 11.13 Wib.
- <https://kemenag.go.id/read/kemenag-kaji-pelayanan-santri-luar-negeri-di-indonesia-zv41e> Diakses Pada 25 Oktober 2022, Pukul 11.13 Wib.
- <https://www.arwaniyyah.com/ptpyq-muria> Diakses Pada 27 September 2022 Pukul 22.52 Wib
- <https://www.arwaniyyah.com/ptpyq-muria> Diakses Pada 27 September 2022 Pukul 22.52 Wib
- Husni, Muhammad. 2017. "Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme", *Al-Ibrah, Vol. 2 No.2*
- J Moleong, Lexy. 2002. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Pt Rosda Karya

- Kumalasari, Fani. Ahyani, Latifah Nur. 2012. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan", *Jurnal Psikologi Pitutur, Volume 1 No.1*.
- Linggarsari, Devi. 2015, "Hubungan Antara Komunikasi Orang Tua-Anak Dengan Penyesuaian Diri Santri Di Pondok Pesantren Tradisional Dan Modern", *Skripsi Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora Universitas Negeri Islam Sunan Kalijaga Yogyakarta*
- Lubis Akhyar, Saiful. 2007. *Konseling Islami*, (Yogyakarta: Elsaq Press)
- Manggala, Faizal Rizalih. 2017. "Penyesuaian Diri Anak Dipanti Sosial Marsudi Putra Antasena Magelang Jawa Tengah", *Skripsi Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta*.
- Mulyana, D, Rakhmat, J. 2009. *Komunikasi Antar Budaya: Panduan Berkomunikasi Dengan Orang-Orang Berbeda Budaya*. (Bandung: Remaja Rosdakarya)
- Muzafar, Urip. 2018. "Terhadap Penyesuaian Diri Pada Narapidana Di Lapas Kabupaten Brebes", *Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto*
- Ni Made Wahyu Indrariyani Artha, Supriyadi. 2013. "Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dan Self Efficacy Dalam Pemecahan Masalah Penyesuaian Diri Remaja Awal". *Jurnal Psikologi Udayana 2013, Vol. 1, No. 1*.
- Niam, K. E. 2009. "Koping Terhadap Stres Pada Mahasiswa Luar Jawa Yang Mengalami Culture Shock". *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi, Vol.11 No. 1*
- Nuryani. 2019. "Dampak Kesulitan Menyesuaikan Diri Pada Santri", *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Vol. 4 No. 1*
- Oktaviana, Divie. 2012. "Problematika Penyesuaian Diri Remaja Terhadap Sekolah (Studi Deskriptif Di Man 3 Malang)", *Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*.
- Prasetya, Marzuqi Agung. 2014. "Korelasi Antara Bimbingan Konseling Islam Dan Dakwah", *Stikes Muhammadiyah Kudus Addin Vol. 8, No. 2*.
- Puandina, Ana Bella. 2021, "Konseling Individu Dalam Mengatasi Ketidakpatuhan Santri Dalam Menerapkan Protocol Kesehatan Selama Pandemic Covid 19 Di Pondok Pesantren Darussa'adah Lampung Tengah", *Skripsi Jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi Uin Raden Intan Lampung*.
- Puandina, Ana Bella. 2021. "Konseling Individu Dalam Mengatasi Ketidakpatuhan Santri Dalam Menerapkan Protocol Kesehatan Selama Pandemic Covid 19 Di Pondok Pesantren Darussa'adah Lampung Tengah". *Jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi Uin Raden Intan Lampung*
- Putra, Ahmad. 2019. "Dakwah Melalui Konseling Individu", *Jurnal Bimbingan Konseling Islam, Vol. 2 No. 2*.

- Radhiya Bustan, Emmalia Sutiasasmitha. 2018. "Pengabdian Kepada Masyarakat Pelayanan Konseling Individu Dan Kelompok Pada Warga Binaan Di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Tangerang". *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, Vol. 4, No. 4.
- Rahmah, Silfia. Asmidir Ilyas & Nurfarhanah, 2014. "Masalah-Masalah Yang Dialami Anak Panti Asuhan Dalam Penyesuaian Diri Dengan Lingkungan," *Jurnal UNP*. Vol.3 No.3
- Rifaldy, Faisal. 2019. "Adaptasi Santri Baru Luar Negeri Di Pondok Modern Darussalam Gontor", *Sahafa Journal Of Islamic Communication*, Vol.2, No.1
- Rifaldy, Faisal. 2019. "Adaptasi Santri Baru Luar Negeri Di Pondok Modern Darussalam Gontor", *Sahafa Journal Of Islamic Communication*, Vol.2, No.1.
- Rizalih Manggala, Faizal. 2017. "Penyesuaian Diri Anak Dipanti Sosial Marsudi Putra Antasena Magelang Jawa Tengah" Skripsi Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Robi'ul Afif, Nurul Aini. 2017. "Adaptasi Sistem Pendidikan Pesantren Dalam Era Modernisasi", Sekolah Tinggi Agama Islam (Stai) At-Taahdzib Jombang.
- Rusydi, Haikal. 2019. "Pelayanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Di Smk Negeri 1 Darul Kamal Aceh Besar" *Skripsi Program Studi Bimbingan Konseling Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Uin Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh*.
- Rusydi, Haikal. 2019. "Pelayanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Di Smk Negeri 1 Darul Kamal Aceh Besar". Skripsi Program Studi Bimbingan Konseling Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Uin Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh
- Silfia Rahmah, "Asmidir Ilyas & Nurfarhanah, Masalah-Masalah Yang Dialami Anak Panti Asuhan Dalam Penyesuaian Diri Dengan Lingkungan", *Konselor Volume 3 Number 3*
- Sugiyono, 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, Cetakan 23, (Bandung: Alfabeta)
- Tohirin. 2007. *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah*, (Jakarta:Pt Rajagravindo Persada)
- Tohirin. 2007. *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah*, Jakarta:Pt Rajagravindo Persada
- Willis, Sofyan. 2005. *Remaja Dan Masalahnya*, (Alfabeta:Bandung)
- Zahara, Nur. 2020. "Hubungan kemandirian Dengan penyesuaian diri pada santri baru di pondok pesantren diniyah putri Lampung", *Skripsi Fakultas Ushuludin dan Studi Agama*, UIN Raden Intan Lampung
- Zahro, Khalimatuz. 2019 "Penyesuaian Diri Santri Asal Luar Pulau Jawa Di Pondok Pesantren Putri Al-Aqobah Desa Kwaron Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang Provinsi Jawa Timur". *Jurnal Unair*. Vol. 8 No. 2.

Zulamri, M. Ahmad Juki. 2019. “Pengaruh Layanan Konseling Individual Terhadap Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas B Pekanbaru”, *Jurnal At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam*, Vol. 2 No. 2.



SURAT KETERANGAN

No: 72 / 6 / PTPYQ2M / V / 2023

Yang bertanda-tangan dibawah ini

Nama : KH. Nur Khamim, Lc, M.Pd
Jabatan : Pimpinan Pondok Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an 2 Muria
Menerangkan bahwa :

Nama : Hilma Ainiyah
TTL : Kudus, 18 Januari 2002
NIM : 1901016036
Perguruan Tinggi : UIN Walisongo Semarang

Nama tersebut benar-benar telah melaksanakan penelitian di Pondok Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an 2 Muria, terhitung mulai tanggal 10-18 Maret 2023, guna penulisan skripsi yang berjudul, "**KONSELING INDIVIDU DALAM MENGATASI PROBLEMATIKA PENYESUAIAN DIRI SANTRI ASAL AMERIKA DIPONDOK TAHFIDH PUTRI YANBU'UL QUR'AN 2 MURIA**"

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kudus, 27 Mei 2023
Pengasah Pondok
TAHFIDH PUTRI
YANBU'UL QUR'AN
2 MURIA
KH. Nur Khamim, Lc., M.Pd.

Lampiran II

LAMPIRAN INTERVIEW GUIDE

Profil Responden (Santri)

1. Siapa nama lengkap anda ?
2. Dimana tempat lahir anda ?
3. Berapa tanggal lahir anda ?
4. Dimana alamat rumah anda ?
5. Apakah anda mempunyai saudara kandung ? Berapa ?

Aktifitas Harian

1. Bagaimana kegiatan saat dirumah sebelum masuk ke pondok pesantren ?
2. Bagaimana lingkungan disekitar rumah ?
3. Bagaimana hubungan dengan orang tua ?
4. Bagaimana profil sekolah sebelum masuk pondok pesantren ?
5. Bagaimana lingkungan disekolah sebelumnya ?
6. Apakah sudah pernah bersekolah di sekolah berbasis pesantren/agama ?

Penyesuaian Diri

1. Atas keinginan siapa untuk mondok dan sekolah di Indonesia ?
2. Apa motivasi anda ?
3. Kenapa anda memilih Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria Kudus ?
4. Dengan perbedaan budaya, apakah anda pernah merasa kaget saat baru masuk pesantren di Indonesia ?
5. Apakah anda mengalami kesulitan dengan perbedaan Bahasa dan lain-lain saat bergaul dengan teman di pondok ?
6. Bagaimana menurut anda lingkungan di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria Kudus?

7. Sudah merasa nyamankah dengan lingkungan di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria Kudus?
8. Jika iya, apa yang membuat anda nyaman ? Jika tidak, kendala apa yang membuat anda tidak nyaman ?
9. Pernahkah anda merasakan homesick ?
10. Bagaimana beradaptasi dengan cuaca di Indonesia ? apakah anda pernah mengalami kendala fisik, seperti alergi ?
11. Siapa yang paling berperan dalam proses penyesuaian diri anda di Pondok Tahfidz Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria Kudus?
12. Adakah Kendala saat proses menyesuaikan diri di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria Kudus?

Pelaksanaan Konseling Individu

1. Apakah anda pernah mengikuti layanan konseling khusus saat baru masuk di Pondok Tahfidh Putri Yanbuul Qur'an 2 Muria Kudus ?
2. Bagaimana Proses Konselingnya ?
3. Bagaimana Perasaan anda setelah proses konseling ?
4. Apakah anda merasa puas ?
5. Apakah cukup membantu menyelesaikan permasalahan anda terkait penyesuaian diri?
6. Berapa kali layanan konseling dilakukan ?
7. Bagaimana peran konselor saat mendampingi ? Sudah sesuaikah dengan yang anda harapkan ?

INTERVIEW GUIDE (KONSELOR & PENDAMPING)

1. Bagaimana Santri Amerika pada saat awal masuk pesantren ? bagaimana komunikasinya dengan lingkungan sekitar ?
2. Apakah Santri Amerika mendapatkan layanan konseling individu saat baru menyesuaikan diri di Pesantren?
3. Berapa kali konseling tersebut dilakukan ?
4. Apakah santri amerika mengalami kendala atau hambatan dalam menyesuaikan diri ?
5. Apakah permasalahan penyesuaian diri santri amerika tersebut berampak pada prestasi ketahfidh-an dan akademik ?
6. Bagaimana solusi yang diberikan konselor terkait problematika penyesuaian diri santri Amerika tersebut ?

INTERVIEW GUIDE (TEMAN)

1. Apakah anda mengenal dekat dengan santri Amerika ?
2. Kesulitan apa yang Anda alami saat berkomunikasi dengan Santri Amerika tersebut ?
3. Menurut anda Apakah santri Amerika tersebut merasa nyaman tinggal di Indonesia ?
4. Apakah anda pernah membicarakan terkait masalah yang sedang dihadapi santri Amerika ? Jika iya, apakah berkaitan dengan problem penyesuaian dirinya ?
5. Bagaimana kepribadian santri Amerika tersebut dalam pandangan anda ?

Lampiran III

NO	NAMA-NAMA INFORMAN	KETERANGAN
1.	Ammarah Beker	Santri asal Amerika
2.	Ibu Titik Purwanti S.Pd	Konselor Pondok
3.	Ibu Jumi'ah S.Pd	Pendamping Bahasa
4.	K.H Nur Khamim Lc., M.Pd.	Pengasuh Pondok
5.	Zahra	Teman

DOKUMENTASI



(Wawancara dengan AB, santri asal Amerika)



(wawancara dengan ibu Titik Purwanti S.Pd selaku konselor)



(Wawancara dengan Ibu Jumiah S.Pd, murobbiyah/pendamping bahasa inggris)



(Wawancara dengan Zahra, sahabat Ammarah santri dari Amerika)



(Permohonan izin penelitian kepada Pengasuh (K.H Nur Khamim, Lc., P.gd., M.Pd.),
sekaligus wawancara)





(Kegiatan bimbingan klasikal dan konseling kelompok santri)



(Gedung PTPYQ 2 MURIA)

Daftar Riwayat Hidup

Nama : Hilma Ainiyah

Tempat Tanggal Lahir : Kudus, 18 Januari 2002

NIM : 1901016036

Alamat : Desa Colo RT 04 RW 01, Kecamatan Dawe, Kabupaten Kudus.

Email : ainiyahmuhdi@gmail.com

Riwayat Pendidikan :

1. MI NU Thoriqotus Sa'diyah (2007-2013)
2. MTS NU Raden Umar Sa'id (2013-2016)
3. MA NU BANAT KUDUS (2016-2019)
4. UIN Walisongo Semarang (2019-2023)

Pengalaman Organisasi :

1. Departemen Pengabdian Masyarakat KMKS Walisongo (2020-2022)
2. Staff Konselor Sebaya UKM-U Anniswa (2021)
3. Wakil Ketua Umum UKM-U Anniswa (2022)

