

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada era globalisasi sekarang ini diperlukan pendidikan yang berkualitas dan mampu bersaing dengan pendidikan yang berada di negara lain, dikarenakan pendidikan merupakan suatu aktifitas untuk mengembangkan seluruh aspek kepribadian manusia yang berlangsung seumur hidup sesuai dengan nilai-nilai yang ada di dalam masyarakat dan kebudayaan. Pendidikan formal dibagi ke dalam jenjang pendidikan dasar, pendidikan menengah dan pendidikan tinggi dengan kurikulum yang telah ditetapkan oleh pemerintah. Indonesia memiliki berbagai macam lembaga pendidikan yang memungkinkan seseorang untuk memilih di lembaga pendidikan mana yang layak bagi dirinya untuk menuntut ilmu. Salah satu lembaga pendidikan yang ada di Indonesia adalah lembaga pendidikan Islam atau sering disebut pondok pesantren. Sebagai negara mayoritas penduduk beragama islam terbesar di dunia, keberadaan pondok pesantren di Indonesia cukup disegani dan menjadi pilihan utama bagi masyarakat yang ingin memperdalam ilmu agama khususnya agama Islam.

Pondok pesantren dikenal sebagai suatu lembaga pendidikan Islam tertua di Indonesia dan menjadi lembaga yang memiliki kontribusi penting dalam ikut serta mencerdaskan bangsa. Banyaknya jumlah pesantren menjadikan lembaga ini layak diperhitungkan dalam kaitanya dengan pembangunan bangsa di bidang pendidikan dan moral. Dalam pesantren, santri hidup dalam komunitas khas, dengan kyai, ustadz, santri dan pengurus pesantren, berlandaskan nilai-nilai agama Islam lengkap dengan norma-norma dan kebiasaanya tersendiri, yang tidak jarang berbeda dengan masyarakat umumnya yang mengitarinya.

Kedudukan pondok pesantren dalam sistem pendidikan Indonesia telah diatur dalam UU Sisdiknas No. 20 Tahun 2003 tentang pendidikan keagamaan pasal 30. Pondok pesantren merupakan salah satu bentuk dari pendidikan keagamaan yang

diselenggarakan oleh pemerintah dan/atau kelompok masyarakat dari pemeluk agama, sesuai dengan peraturan perundang-undangan (ayat 1), serta dapat diselenggarakan pada jalur formal, nonformal dan informal (ayat 3). Sedangkan perbedaan sistem pendidikan pesantren dengan yang lainnya yaitu di pondok pesantren selama 24 jam para siswa/santri wajib tinggal di asrama.

Namun, sistem pendidikan di sekolah formal belum mampu sepenuhnya mewujudkan tujuan pendidikan nasional. Pasalnya, pendidikan konvensional lebih fokus pada pendidikan akademis, sementara pendidikan keagamaan yang berpengaruh terhadap budi pekerti dan pembinaan karakter hanya diberikan sebagai mata pelajaran tambahan saja. Alhasil, banyak terjadi kerusakan moral di masyarakat akibat kurangnya pendidikan keagamaan baik di rumah maupun di sekolah. Melihat hal tersebut, tumbuh kesadaran para orang tua untuk menyekolahkan anak mereka pada lembaga pendidikan keagamaan, salah satunya pondok pesantren.

Pondok pesantren menawarkan kurikulum yang berbeda dibandingkan dengan sekolah umum. Beberapa pondok pesantren memadukan kurikulum pemerintah dengan kurikulum yang dibuat sendiri oleh pesantren, sehingga selain dibekali ilmu umum para santri juga dapat memperdalam ilmu agama. Para santri yang menimba ilmu di pondok pesantren diharapkan dapat menguasai ilmu pengetahuan juga memiliki iman dan taqwa yang sebagai bekal untuk hidup bermasyarakat. Santri hidup dalam suatu komunitas khas, dengan kyai, ustadz, santri dan pengurus pesantren, berlandaskan nilai-nilai agama Islam lengkap dengan norma-norma dan kebiasannya tersendiri, yang tidak jarang berbeda dengan masyarakat umum yang mengitarinya (Bashori. 2003; Pritaningrum dan Wiwin. 2013).

Terdapat dua jenis pondok pesantren di Indonesia, yaitu yang masih bersifat tradisional atau semi modern dengan pengajaran salaf (pengajaran Al-Qur'an sepenuhnya) dan pondok pesantren modern yang menggabungkan pengajaran agama dengan pengetahuan umum dan menggunakan sistem pengajaran modern. Pondok pesantren modern telah memakai sistem pembelajaran modern dengan menggunakan kelas-kelas dan jadwal yang teratur.

Kehidupan di pondok pesantren yang sangat berbeda dengan kehidupan santri sebelumnya membuat santri harus melakukan penyesuaian diri agar bisa bertahan hingga bisa menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren tersebut. Padatnya jadwal yang diterima para santri kemudian memberikan dampak lain pada kehidupannya. Setiap harinya santri mempunyai jadwal kegiatan yang sudah tersusun, mulai dari bangun tidur hingga tidur kembali diatur sedemikian rupa sehingga tidak ada waktu yang terbuang percuma.

Situasi dalam kehidupan selalu berubah. Individu mengubah tujuan dalam hidupnya seiring dengan perubahan yang terjadi di lingkungannya. Penyesuaian diri yang efektif dapat diukur dengan mengetahui bagaimana kemampuan individu menghadapi lingkungan yang senantiasa berubah. Calhoun dan Acocella (1990; Rahmi, 2015) menyatakan penyesuaian diri adalah interaksi individu yang kontinyu dengan dirinya sendiri, dengan orang lain dan dengan lingkungan sekitar tempat individu hidup. Pandangan dari ketiga faktor tersebut secara konstan mempengaruhi individu dan hubungan tersebut bersifat timbal balik mengingat individu secara konstan juga mempengaruhi kedua faktor lain, yakni individu dengan orang lain dan lingkungan individu.

Menurut Satmoko (Ghufron dan S. 2010) penyesuaian diri dipahami sebagai interaksi seseorang yang kontinyu dengan dirinya sendiri, orang lain dan dunianya. Seseorang dikatakan mempunyai penyesuaian diri yang berhasil apabila ia dapat mencapai kepuasan dalam usahanya memenuhi kebutuhan, mengatasi ketegangan. Sebaliknya, gangguan penyesuaian diri terjadi apabila seseorang tidak mampu mengatasi masalah yang dihadapi dan menimbulkan respons dan reaksi yang tidak efektif, situasi emosional tidak terkendali dan keadaan tidak memuaskan. Tinggi rendahnya penyesuaian diri dapat diamati dari banyak sedikitnya hambatan penyesuaian diri.

Penyesuaian sebagai penguasaan, yaitu memiliki kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisasi respon-respon sedemikian rupa, sehingga bisa mengatasi segala macam konflik, kesulitan, dan frustrasi-frustrasi secara efisien.

Penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan diri sendiri, orang lain serta lingkungan, penyesuaian diri yang merupakan proses interaksi antara diri sendiri dengan orang lain dan dengan lingkungannya. Semua makhluk hidup secara alami dibekali kemampuan untuk menolong dirinya sendiri dengan cara menyesuaikan diri dengan keadaan lingkungan materi dan alam agar dapat bertahan hidup.

Penyesuaian dapat didefinisikan sebagai interaksi anda yang kontinyu dengan diri anda sendiri, dengan orang lain, dan dengan dunia anda. Dimana ketiga faktor ini secara konstan mempengaruhi kita, hubungan ini bersifat timbale balik. Diri sendiri yaitu jumlah keseluruhan dari apa yang telah ada pada anda, tubuh anda, perilaku anda dan pemikiran serta perasaan anda adalah sesuatu yang anda hadapi tiap detiknya. Adapun orang lain, mereka berpengaruh besar kepada kita, begitupun dunia kita penglihatan dan penciuman serta suara yang mengelilingi kita saat kita menyelesaikan urusan kita, mempengaruhi kita (James, Calhoun F & Acocella Ross Joan. 1995; Komariah. 2014).

Pada umumnya individu melakukan interaksi dengan individu lain. Proses interaksi tidak lepas dari adanya penyesuaian diri. Penyesuaian diri dilakukan untuk membantu menjaga dan tetap berada dalam keharmonisan dengan lingkungan (Semiun. 2006; Devi. 2015).

Kriteria yang ada dalam penyesuaian diri untuk melakukan penelitian, yaitu: (1) tidak mampu mengarahkan dan mengatur pola pikirnya, (2) mudah emosi (marah), dan (3) tuntutan dalam diri individu berbanding terbalik dengan lingkungannya.

Hasil penelitian Yuniar dkk (2005; Pritaningrum dan Wiwin 2013) menunjukkan bahwa setiap tahunnya 5-10% dari santri baru di Pondok Pesantren Modern Islam (PPMI) Assalam Surakarta mengalami masalah dalam melakukan proses penyesuaian diri, seperti tidak mampu mengikuti pelajaran, tidak bisa tinggal di asrama karena tidak bisa hidup terpisah dengan orang tua, melakukan tindakan-tindakan yang melanggar aturan pondok dan sebagainya.

Berdasarkan wawancara *pre eliminary research* tanggal 19 November 2014 (Devi. 2015), tentang peneliti lakukan sebagai upaya untuk mengetahui proses penyesuaian diri di kalangan santri, peneliti mendapatkan informasi bahwa terdapat santri yang masih belum dapat menyesuaikan diri di asrama akhirnya memutuskan untuk keluar dari pondok pesantren. Permasalahan yang sering dialami oleh santri terkait dengan penyesuaian diri di pondok pesantren meliputi tidak mampu mengikuti pelajaran, tidak bisa tinggal di asrama karena tidak bisa hidup terpisah dengan orang tua, melakukan tindakan-tindakan yang melanggar aturan pondok dan sebagainya.

Santri baru adalah anggota santri tingkat awal yaitu para santri yang terdaftar di pondok pesantren dan baru akan memulai untuk mengikuti kegiatan yang akan diadakan di pondok pesantren. Santri yang belajar di pondok pesantren pada dasarnya tidak hanya berasal dari daerah dimana pondok pesantren tersebut berdiri, tetapi juga berasal dari luar kota bahkan ada yang berasal dari luar propinsi. Maka setiap santri yang berasal dari berbagai wilayah yang berbeda tersebut secara otomatis akan menempati tempat tinggal baru di dalam pondok pesantren yang tentunya akan berbeda dengan tempat tinggal sebelumnya serta bersama-sama dengan para santri lainnya yang berbeda latarbelakang budaya dan tempat tinggal.

Masalah penyesuaian diri ini yang ada di pondok pesantren memiliki dampak yang tidak bisa dibiarkan begitu saja. Permasalahan yang sering dialami oleh santri tidak mampu mengikuti pelajaran, tidak bisa tinggal di asrama karena tidak bisa hidup terpisah dengan orang tua, melakukan tindakan-tindakan yang melanggar aturan pondok dan sebagainya.

Peneliti melakukan penelitian di Pondok Pesantren Modern Al-Amanah untuk mengetahui penyesuaian diri remaja yang tinggal di pondok pesantren modern Al-Amanah pada tahun pertama. Santri di Pondok Pesantren Modern Al-Amanah berada pada usia remaja setiap harinya diwajibkan untuk tinggal di asrama. Memasuki lingkungan baru bagi santri menjadi sebuah stimulus yang terkadang menjadi penyebab munculnya berbagai permasalahan, salah satunya adalah penyesuaian diri. Santri yang baru mengenal lingkungan pesantren, dimana lingkungan ini memiliki karakteristik yang

berbeda dengan lingkungan yang ditemui santri sebelumnya. Hal ini membuat santri harus mampu menyesuaikan diri agar dapat bertahan dan dapat menyelesaikan pendidikannya di Pondok Pesantren Modern Al-Amanah.

Fakta-fakta yang memengaruhi perkembangan kepribadian sebagai berikut: (1) kondisi fisik (seperti hereditas, konstitusi fisik, sistem saraf, sistem kelenjar, dan sistem otot), (2) perkembangan dan kemasakan unsur-unsur kepribadian (misalnya kemasakan intelektual, sosial, moral, dan emosional), (3) unsur penentu psikologis (seperti pengalaman, proses belajar, dan kebiasaan), (4) kondisi lingkungan seperti situasi rumah, keadaan keluarga, sekolah, dan masyarakat), dan (5) unsur kebudayaan, termasuk di dalamnya pengaruh keyakinan dan agama.

Faktor-faktor yang bisa mempengaruhi penyesuaian diri menurut Schneiders (1964; Ghufron, dan S. 2010) berpendapat bahwa dasar penting terbentuknya suatu pola penyesuaian diri adalah kepribadian. Penyesuaian diri merupakan dinamika kepribadian sehingga pembahasan determinasi penyesuaian diri tidak lepas dari penyesuaian diri pembahasan determinasi kepribadian. Perkembangan kepribadian pada dasarnya dipengaruhi oleh interaksi fakta internal dan eksternal individu.

Secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri dibedakan menjadi dua. Pertama, faktor internal, yaitu faktor yang berasal dari diri individu yang meliputi kondisi jasmani, psikologis, kebutuhan, kematangan intelektual, emosional, mental, dan motivasi. Kedua, faktor eksternal yang berasal dari lingkungan yang meliputi lingkungan rumah, keluarga, sekolah, dan masyarakat.

Untuk mengatasi masalah penyesuaian diri, maka perlu diberikan suatu teknik untuk membimbing peserta didik dalam upaya bisa menyesuaikan diri pada lingkungan barunya dan secara sadar berkeinginan untuk mengubah perilakunya sendiri, khususnya penyesuaian diri yang rendah. Diharapkan dengan teknik restrukturisasi kognitif dapat mengganti pola pikir peserta didik yang benar guna mengubah pemikiran yang irasional menjadi rasional. Teknik atau strategi yang berfungsi untuk mengubah kognitif adalah restrukturisasi kognitif.

Peneliti melakukan hal ini dengan cara konseling kelompok. Konseling kelompok merupakan suatu upaya pembimbing atau konselor untuk membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan optimal (Tohirin. 2009; Widaryati. 2013). Konseling kelompok lebih menekankan pada pengembangan diri pribadi, yaitu membantu individu-individu dengan cara mendorong pencapaian tujuan perkembangan dan memfokuskan pada kebutuhan dan kegiatan belajarnya. Perasaan dan hubungan antara anggota sangat ditekankan dalam kelompok. Anggota kelompok akan belajar tentang dirinya dalam hubungannya dengan anggota lain atau orang lain, selain itu dalam konseling kelompok anggota kelompok dapat pula belajar memecahkan masalah berdasarkan masukan dari anggota lain. Asumsi ini menjadi acuan peneliti dalam penelitian ini, sebab konseling kelompok lebih memberikan ruang kepada individu dalam mengambil keputusan, bukan karena dipaksa oleh orang lain akan tetapi keputusan untuk merubah tingkah laku adalah keputusan yang diambil oleh individu karena didukung oleh kesadaran yang tinggi dan pada akhirnya menciptakan perubahan tingkah laku siswa.

Restrukturing kognitif dipilih karena dalam mengatasi penyesuaian diri siswa menitik beratkan pada kognitif yang menyimpang akibat ketidaksiapan menghadapi tuntutan yang datang merugikan dirinya baik secara fisik maupun psikis. Intervensi diarahkan kepada modifikasi fungsi berpikir siswa yang mempersepsi tuntutan-tuntutan dari lingkungan sebagai hal yang mengancam atau membebani. Teknik restrukturisasi kognitif menekankan otak sebagai penganalisa, pengambil keputusan, bertanya, bertindak dan memutuskan kembali.

Tujuan dari implementasi teknik restrukturisasi kognitif adalah membangun pola pikir yang lebih sesuai atau adaptif. Restrukturisasi kognitif memusatkan perhatian pada upaya mengidentifikasi dan mengubah kesalahan kognisi atau persepsi konseli tentang diri dan lingkungan. Kesalahan kognitif diekspresikan melalui pernyataan diri yang negatif, yang mengindikasikan adanya pikiran, pandangan, dan keyakinan yang tidak rasional.

B. Batasan Masalah

Masalah yang dibahas pada penelitian ini terbatas pada efektivitas strategi restrukturisasi kognitif dalam konseling kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa di Pondok Pesantren.

C. Rumusan Masalah

Apakah strategi restrukturisasi kognitif dalam konseling kelompok efektif meningkatkan penyesuaian diri siswa di Pondok Pesantren?

D. Tujuan Masalah

Agar mengetahui efektivitas strategi restrukturisasi kognitif dalam konseling kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa di Pondok Pesantren.

E. Manfaat

1. Bagi peneliti

Hasil penelitian diharapkan dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu bimbingan dan konseling khususnya dalam memberikan layanan konseling kelompok melalui restrukturisasi kognitif untuk penyesuaian diri siswa.

2. Bagi guru BK

Penelitian diharapkan menjadi alternatif dalam membantu penyesuaian diri di sekolah melalui restrukturisasi kognitif.

3. Bagi program studi BK

Penelitian dapat digunakan menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang berkaitan dengan penanganan penyesuaian diri.