

## **PROBLEMATIKA PENYESUAIAN DIRI SANTRI PUTRA DAN PUTRI DI PONDOK PESANTREN MODERN KOTA YOGYAKARTA**

<sup>1</sup>Lulu Enjjelina, <sup>2</sup>Ulfa Danni Rosada

Program Studi Bimbingan Dan Konseling Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pengetahuan Universitas Ahmad Dahlan  
[lulu2000001171@webmail.uad.ac.id](mailto:lulu2000001171@webmail.uad.ac.id)

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji problematika penyesuaian diri santri putra dan putri di Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta. Penyesuaian diri merupakan kemampuan untuk merespons perubahan dalam lingkungan sosial dan emosional, yang penting bagi remaja agar dapat mengelola stres dan beradaptasi dengan tuntutan kehidupan baru. Santri di pesantren modern menghadapi tantangan dalam menjalani kehidupan asrama, mengikuti aturan ketat, serta beradaptasi dengan lingkungan sosial yang baru. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, mengumpulkan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa problematika utama yang dihadapi santri meliputi pengendalian emosi, kebersihan, senioritas, dan kesulitan dalam beradaptasi dengan norma sosial pesantren. Faktor internal seperti kondisi psikologis dan faktor eksternal seperti dukungan dari teman dan keluarga berperan besar dalam proses penyesuaian diri. Penelitian ini juga mengidentifikasi dampak rendahnya kemampuan penyesuaian diri terhadap kesehatan mental, interaksi sosial, serta prestasi akademik santri. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bagi pengembangan kebijakan pesantren dan layanan bimbingan konseling.

**Kata Kunci:** Penyesuaian diri, santri, pondok pesantren, bimbingan konseling, adaptasi sosial, stres, emosional, masalah akademik.

### **Abstract**

*This study aims to examine the self-adjustment problems faced by male and female students at Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta. Self-adjustment is the ability to respond to changes in social and emotional environments, which is essential for adolescents to manage stress and adapt to new life demands. Santri in modern pesantren face challenges in living in dormitories, following strict rules, and adjusting to new social environments. This qualitative research uses a phenomenological approach, collecting data through interviews, observation, and documentation. The findings indicate that the main problems faced by santri include emotional control, cleanliness, seniority, and difficulties in adjusting to pesantren's social norms. Internal factors such as psychological condition and external factors such as support from peers and family play a significant role in the adjustment process. The study also identifies the impact of low self-adjustment ability on mental health, social interactions, and academic performance. This research is expected to contribute to the development of pesantren policies and counseling services.*

**Keywords:** *Self-adaptation, santri, Islamic boarding school, counseling services, social adaptation, stress, emotional issues, academic problems.*

## **PENDAHULUAN**

Penelitian ini berfokus pada problematika penyesuaian diri santri di pondok pesantren modern, sebuah isu yang menjadi semakin relevan di era globalisasi dengan meningkatnya kompleksitas tuntutan pendidikan dan kehidupan sosial. Remaja, yang berada pada masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa, menghadapi berbagai perubahan biologis, kognitif, sosial, dan emosional yang signifikan. Masa ini penuh tantangan karena remaja harus menyesuaikan diri dengan dinamika

lingkungan baru sambil mengelola perubahan internal dalam diri mereka. Penyesuaian diri, menurut Schneiders (1964), adalah kemampuan seseorang untuk merespons kebutuhan, tekanan, dan konflik secara mental maupun perilaku guna mencapai keseimbangan antara tuntutan lingkungan dan tuntutan batin. Kemampuan ini sangat penting bagi remaja agar dapat menghadapi perubahan, mengatasi kesulitan, dan menjalani kehidupan yang harmonis dalam berbagai situasi.

Dalam konteks pendidikan di Indonesia, pondok pesantren menjadi salah satu lembaga penting yang berperan dalam membentuk moral dan intelektual santri. Salah satunya adalah Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta, yang menggabungkan tradisi pendidikan Islam dengan kurikulum modern. Namun, perpaduan ini juga menghadirkan tantangan besar bagi santri, terutama dalam hal penyesuaian diri. Santri dihadapkan pada berbagai tuntutan seperti tinggal di asrama, menjalani jadwal kegiatan yang padat, mematuhi aturan yang ketat, serta beradaptasi dengan lingkungan sosial yang beragam. Dalam wawancara yang dilakukan oleh peneliti, para santri mengungkapkan berbagai kesulitan, seperti mengikuti peraturan disiplin, menjalankan ibadah wajib, menghadapi senioritas, hingga mengelola tekanan akademik dan tuntutan kemandirian. Beberapa santri bahkan menunjukkan perilaku maladaptif, seperti menyendiri, menangis, melanggar aturan, hingga membolos, yang tidak hanya menghambat proses belajar mereka tetapi juga menciptakan ketidaknyamanan dalam lingkungan pesantren.

Urgensi penelitian ini terletak pada dampak rendahnya kemampuan penyesuaian diri terhadap kesehatan mental, kinerja akademik, dan stabilitas emosional santri. Fenomena ini tidak hanya menjadi masalah bagi para santri tetapi juga bagi pihak pesantren, yang terus berupaya mengevaluasi dan memperbaiki kebijakan serta pendekatan mereka untuk membantu santri beradaptasi. Berdasarkan wawancara dengan ustadz dan ustadzah di Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba, ditemukan bahwa problematika penyesuaian diri yang dialami santri sering kali menjadi penyebab santri mengundurkan diri atau dikeluarkan karena perilaku maladaptif yang mereka tunjukkan. Hal ini menunjukkan pentingnya memahami faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan penyesuaian diri santri, seperti kondisi fisik, psikologis, sosial, lingkungan, dan budaya, agar solusi yang efektif dapat diterapkan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi problematika penyesuaian diri santri putra dan putri di Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta. Selain itu, penelitian ini juga berupaya mengidentifikasi faktor-faktor penyebab masalah tersebut, dampaknya terhadap santri, dan solusi yang dapat diberikan oleh pihak pesantren. Dengan pendekatan ini, diharapkan penelitian ini tidak hanya memberikan kontribusi teoritis dalam layanan bimbingan sosial, tetapi juga menawarkan manfaat praktis bagi santri, konselor, dan pengasuh. Santri dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang cara beradaptasi dengan lingkungan baru, konselor dapat meningkatkan layanan bimbingan

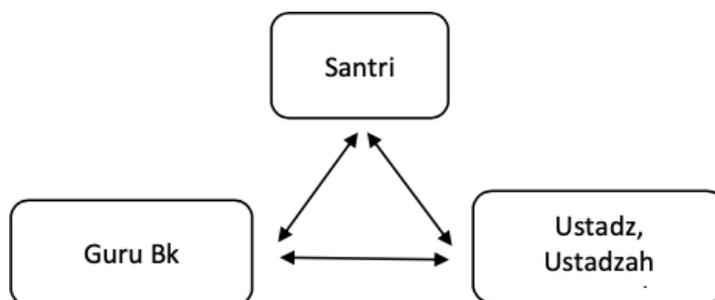
mereka, dan pengasuh dapat menggunakan temuan ini untuk mengevaluasi serta meningkatkan kebijakan pesantren guna menciptakan lingkungan yang lebih mendukung bagi penyesuaian diri santri.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Menurut Sugiyono (2022), metode kualitatif bertujuan memahami fenomena secara mendalam dalam kondisi alami, dengan peneliti sebagai instrumen utama. Pendekatan fenomenologi, sebagaimana dijelaskan oleh Sugiyono (2020), berupaya menggali pengalaman individu secara mendalam, termasuk perilaku, persepsi, dan tindakan dalam menghadapi situasi tertentu. Pendekatan ini memandang teori sebagai hasil proses induktif yang dirumuskan dari data di lapangan. Dalam konteks penelitian ini, pendekatan fenomenologi digunakan untuk menggambarkan problematika penyesuaian diri santri putra dan putri di Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta.

Penelitian dilaksanakan di Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta pada periode Januari hingga Agustus 2024. Subjek penelitian dipilih secara purposive sampling, yaitu dua santri putra dan dua santri putri tahun ajaran 2023/2024 yang telah tinggal minimal tiga bulan di pondok pesantren serta mengalami kesulitan penyesuaian diri. Selain itu, informan lain meliputi ustadz, ustadzah, dan guru bimbingan konseling yang memiliki peran dalam mendampingi santri.

Teknik pengumpulan data meliputi wawancara, observasi, dan dokumentasi. Wawancara digunakan untuk memperoleh informasi mendalam tentang pengalaman dan tantangan yang dialami santri dalam proses penyesuaian diri, termasuk perspektif ustadz, ustadzah, dan guru. Observasi dilakukan secara langsung untuk mengamati perilaku, interaksi, dan pola adaptasi santri di lingkungan pesantren. Dokumentasi mencakup rekaman wawancara, foto, serta catatan lapangan terkait kegiatan santri. Keabsahan data diuji dengan triangulasi sumber (santri, ustadz, ustadzah, dan guru) serta triangulasi teknik (wawancara, observasi, dan dokumentasi), untuk memastikan validitas dan reliabilitas informasi yang diperoleh.



**Gambar 1 Triangulasi Dengan Tiga Sumber Data**

(Sumber: Olah Data Penyusun, berdasarkan Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D )

Proses analisis data dilakukan menggunakan model Miles dan Huberman yang terdiri dari tiga tahap utama, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan memilah dan merangkum data mentah untuk menemukan pola yang relevan dengan fokus penelitian. Data yang telah diringkas kemudian disajikan dalam bentuk tabel, diagram, atau narasi untuk memudahkan interpretasi. Tahap akhir adalah penarikan kesimpulan, yang dilakukan secara induktif berdasarkan data yang diperoleh selama penelitian.

Untuk mendukung analisis data kualitatif, digunakan software NVivo 12 Plus. Software ini membantu peneliti mengelola dan menganalisis data dalam berbagai format, seperti transkrip wawancara, dokumen, dan foto, sehingga mempermudah visualisasi data dalam bentuk grafik, tabel, dan matriks. Melalui metode ini, penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran mendalam tentang problematika penyesuaian diri santri di pesantren serta solusi yang relevan untuk meningkatkan keberhasilan adaptasi mereka.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Profil Informan**

Penelitian ini melibatkan tiga elemen utama informan, yaitu:

1. Ustadz/Ustazah sebagai Pengasuh

Ustadz dan ustazah berperan sebagai pendidik utama dan pembimbing spiritual bagi santri di Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta. Mereka memberikan pendidikan agama, pembinaan moral, dan membantu santri dalam proses penyesuaian diri melalui diskusi dan pendekatan yang penuh empati. Peran ini mencakup memberikan solusi atas berbagai kendala yang dihadapi santri, seperti masalah sosial dan emosional.

2. Guru BK (Bimbingan dan Konseling)

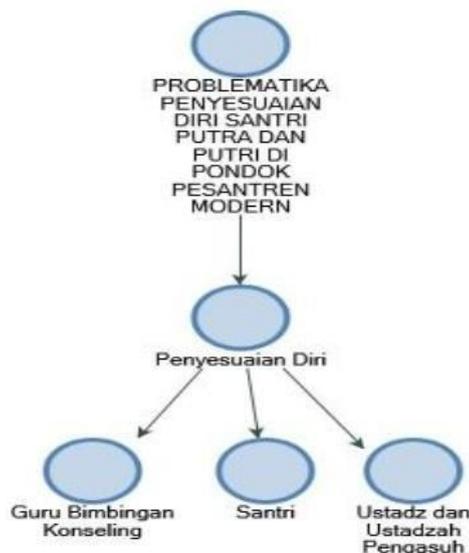
Guru BK berfokus pada kesejahteraan emosional dan sosial santri, membantu mereka mengatasi masalah pribadi, sosial, dan akademik. Melalui program adaptasi dan konseling, guru BK memfasilitasi penyesuaian santri terhadap lingkungan pesantren, termasuk mengenalkan aturan pesantren dan mendukung pengembangan keterampilan sosial.

3. Santri

Santri memberikan informasi terkait pengalaman mereka dalam menyesuaikan diri di pesantren. Penelitian ini menggunakan santri baru dari tahun ajaran 2023 dan 2024 sebagai informan kunci, meliputi permasalahan seperti homesick, adaptasi aturan

pesantren, senioritas, hingga tekanan aktivitas. Narasumber ini memberikan wawasan penting terkait dinamika kehidupan di pesantren.

Para santri yang menjadi subjek utama memiliki latar belakang dan tantangan yang berbeda dalam proses penyesuaian diri. Data ini dikategorikan ke dalam Axial Coding dan mengarah pada Selective Coding, yang mendukung analisis lebih mendalam terhadap pengalaman santri dalam penelitian ini.



**Gambar 2 Selective Coding Profil Informan**  
(Sumber: Hasil olah data)

Dalam penelitian ini dapat dilihat bahwa terdapat tiga (3) elemen informan yang terdapat dalam penelitian ini, yaitu (1) guru Ustadz/Ustadzah sebagai pengasuh, (2) Guru BK dan (3) santri yang menjadi pelaku yang melakukan penyesuaian diri di Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta.

### **Problematika Penyesuaian Diri Santri Putra dan Putri di Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta**

#### a. Analisa Word Cloud

Penelitian mengenai penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta menggunakan word cloud untuk mengidentifikasi kata-kata yang paling sering muncul terkait tantangan adaptasi. Kata-kata dominan seperti *pondok*, *pesantren*, *aturan*, *kebersihan*, *senioritas*, dan *musrif* menunjukkan berbagai aspek penting dalam kehidupan pesantren. Temuan ini mencerminkan bahwa aturan ketat, interaksi sosial, serta kondisi fisik pesantren menjadi elemen yang memengaruhi proses adaptasi santri.



**Gambar 3 Word Cloud Frequecy Problematika Penyesuaian Diri Santri Putra dan Putri di Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta**

(Sumber:Hasil olah data)

Santri menghadapi tantangan besar dalam menyesuaikan diri, terutama terkait perbedaan pola hidup antara rumah dan pesantren. Aturan disiplin, kebersihan, dan hierarki senioritas sering menjadi tekanan bagi santri baru, terutama santri putri yang lebih rentan terhadap masalah kebersihan asrama dan sistem senioritas. Selain itu, peran *musrif* atau pengasuh sangat penting dalam membantu santri mengatasi tekanan mental, termasuk rasa rindu (*homesick*) dan adaptasi emosional, sebagaimana ditunjukkan oleh hasil analisis kata-kata.

Fasilitas pesantren juga menjadi faktor yang memengaruhi penyesuaian diri. Kekurangan fasilitas, seperti asrama yang tidak memadai, memperburuk stres adaptasi santri, yang terlihat dari kemunculan kata *fasilitas* dalam word cloud. Hasil analisis ini menyoroti kebutuhan untuk memperbaiki lingkungan fisik pesantren serta memberikan dukungan sosial dan emosional yang memadai, agar proses adaptasi santri berjalan lebih baik.

### **Problematika Penyesuaian Diri Santri di Pondok Pesantren: Analisis Hierarchy Chart**

Gambar Hierarchy Chart dalam penelitian ini mengungkapkan tantangan penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta, terutama pada fase awal adaptasi. Lingkungan baru dengan aturan ketat, sistem senioritas, serta jarak dengan keluarga sering kali menyebabkan ketidaknyamanan emosional, seperti stres, kesepian, dan frustrasi. Dukungan teman sebaya, kakak kelas, serta bimbingan ustaz menjadi faktor penting dalam membantu santri mengelola tekanan tersebut.



**Gambar 4 Hierarchy Chart Problematika Penyesuaian Diri Santri Putra dan Putri di Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta**  
(Sumber: Hasil olah data)

Menurut wawancara dengan ustaz dan musrif, santri baru kerap mengalami *culture shock* terhadap aturan dan kebiasaan pesantren, khususnya mereka yang baru lulus SD dan berasal dari luar Jawa. Fase adaptasi biasanya berlangsung hingga enam bulan atau lebih, di mana sebagian santri merasa terkekang oleh peraturan ketat, seperti disiplin ibadah dan tata tertib. Hal ini tidak jarang memicu stres berat, bahkan pengunduran diri santri dari pondok. Keluhan utama yang muncul meliputi ketidaknyamanan dengan aturan, perasaan terisolasi, serta kebutuhan untuk belajar menjadi lebih mandiri.

Dalam jangka panjang, santri yang berhasil melewati fase adaptasi menunjukkan kemampuan mengelola emosi dan ketahanan diri yang lebih baik. Proses ini sering didukung oleh konseling individu dan kegiatan yang membantu mereka menyalurkan emosi, seperti menulis atau berbagi pengalaman dengan teman. Upaya perbaikan dari pihak pesantren, seperti memperkuat bimbingan dan mendukung transisi santri baru, sangat diperlukan untuk meminimalkan tekanan adaptasi di masa mendatang, dari hasil penelitian adapun beberapa problematika penyesuaian diri santri di pondok pesantren:

1. Pengendalian Emosi

Santri menghadapi tantangan emosional seperti rasa tidak percaya diri, kerinduan pada keluarga, dan kelelahan akibat aktivitas padat. Kemampuan mengelola emosi membantu santri menyesuaikan diri dan menjalani kehidupan pesantren lebih positif. Dukungan

konseling dan pengasuh penting untuk membantu santri mengatasi tantangan emosional ini.

2. Mekanisme Pertahanan Diri

Santri sering menggunakan mekanisme pertahanan diri, seperti menghindari masalah atau menyembunyikan perasaan. Keterbukaan kepada teman atau pengasuh membantu mereka mengatasi tekanan psikologis dengan lebih efektif. Pendekatan konseling dan dukungan sosial sangat berperan dalam memperkuat mekanisme koping yang sehat.

3. Perasaan Frustrasi

Frustrasi muncul akibat tekanan seperti senioritas, homesick, dan aturan ketat. Meski awalnya sulit, banyak santri menunjukkan resiliensi dengan mencari dukungan dari teman dan pengasuh. Lingkungan pesantren yang mendukung dapat membantu mengurangi rasa frustrasi dan mempercepat adaptasi.

4. Pola Pemikiran Rasional

Pemikiran rasional membantu santri memahami manfaat jangka panjang dari kehidupan pesantren. Beberapa santri bertahan karena rasa tanggung jawab kepada orang tua atau keinginan meningkatkan ilmu agama. Dengan pendekatan rasional, santri lebih mampu mengatasi tantangan dan menyesuaikan diri.

5. Belajar dari Masa Lalu

Santri yang merefleksikan pengalaman masa lalu secara positif lebih mudah beradaptasi. Bekal pendidikan agama sebelumnya atau pelajaran dari pengalaman pribadi membantu mereka menghadapi tantangan baru. Pesantren dapat mendorong santri untuk memanfaatkan pengalaman masa lalu untuk tumbuh dan berkembang.

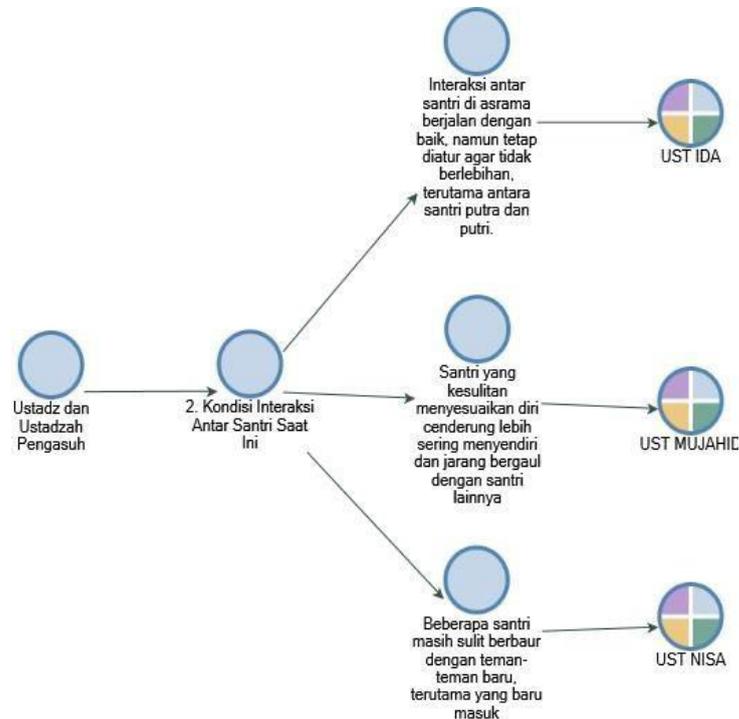
6. Sikap Realistis dan Objektif

Santri yang bersikap realistis dan menerima pesantren apa adanya lebih mudah beradaptasi. Mereka mampu melihat kelebihan dan kekurangan pesantren secara objektif, serta fokus pada tujuan jangka panjang meskipun menghadapi tantangan. Pendekatan ini membantu mereka bertahan dan berkembang di lingkungan pesantren.

Pesantren, seperti Muhammadiyah Boarding School Muhiba Yogyakarta, berfokus pada pendidikan keagamaan, namun beberapa santri masih menghadapi kesulitan dalam proses pembelajaran. Masalah utama yang dihadapi adalah ketidakcocokan dengan metode pengajaran yang digunakan oleh ustadz dan ustazah. Beberapa santri merasa kesulitan karena pengajaran yang terlalu cepat, suara kelas yang mengganggu, serta ketatnya disiplin yang membuat mereka merasa

tidak fokus dan malas belajar. Faktor internal seperti kurangnya pemahaman atau rasa takut untuk bertanya juga turut mempengaruhi proses belajar mereka.

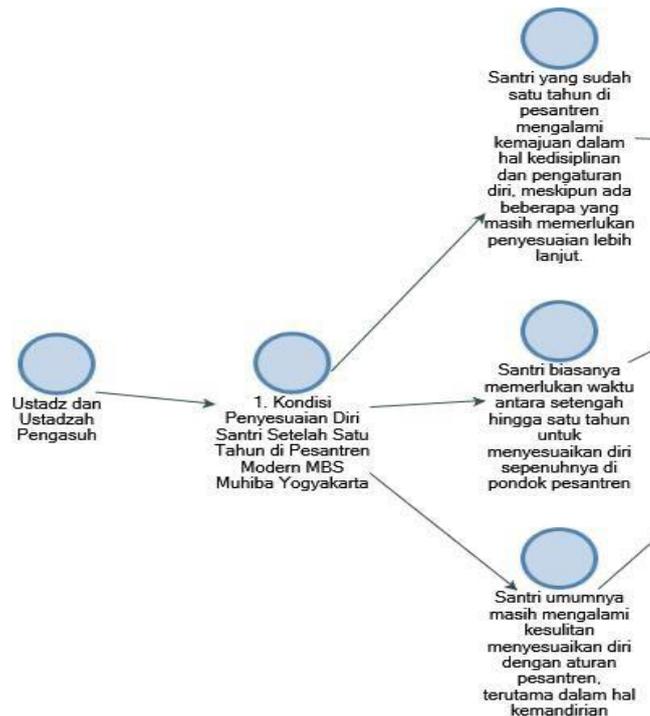
a. Problematika Penyesuaian Diri dalam Komunikasi (Kondisi Interaksi Antar Santri)



**Gambar 5 Kondisi Interaksi Antar Santri**  
(Sumber: Hasil olah data)

Santri baru di Pondok Pesantren MBS Muhiba Yogyakarta menghadapi tantangan dalam menyesuaikan diri dengan aturan komunikasi, yakni wajib menggunakan bahasa Arab dan Inggris. Kesulitan muncul karena banyak santri belum menguasai kedua bahasa tersebut, terutama di awal masa adaptasi. Hukuman diberlakukan bagi pelanggaran, seperti membawa banner bertuliskan motivasi atau hukuman fisik ringan seperti squat jump. Meski demikian, pondok memberikan kelonggaran selama satu bulan pertama dengan tetap mengizinkan penggunaan bahasa Indonesia untuk memudahkan proses adaptasi. Aturan ini bertujuan menciptakan lingkungan komunikasi yang seragam dan membentuk santri yang kompeten dalam berbahasa asing.

b. Problematika Penyesuaian Diri dengan Norma Sosial



**Gambar 6 Penyesuaian Diri Santri Setelah 1 Tahun**

(Sumber: Hasil olah data)

Santri juga dihadapkan pada tantangan menyesuaikan diri dengan norma sosial di pondok, terutama terkait peraturan ketat dalam berpakaian, pola makan, dan ibadah. Contohnya, santri diwajibkan mengenakan kerudung panjang, pakaian longgar, dan kaos kaki, serta dilarang menggunakan celana pendek bahkan di area asrama. Selain itu, jadwal makan yang terstruktur membuat santri merasa kurang fleksibel, terutama jika tidak lapar atau tidak menyukai menu yang tersedia. Kesulitan lain muncul dari kewajiban melaksanakan salat tahajud setiap hari, yang dirasa berat karena aktivitas yang padat dan waktu istirahat yang terbatas. Peraturan-peraturan ini seringkali membuat santri baru merasa kesulitan menyesuaikan diri dengan kehidupan di pondok.

c. Problematika Penyesuaian Diri dengan Waktu

Manajemen waktu menjadi tantangan besar bagi santri baru, terutama dalam menyesuaikan diri dengan jadwal ketat yang ditetapkan pondok. Banyak santri kesulitan bangun untuk salat tahajud atau sering terlambat mengikuti kegiatan seperti hafalan dan apel pagi. Kurangnya waktu tidur akibat jadwal yang padat atau kebiasaan begadang juga menjadi kendala utama. Kesulitan ini diperparah oleh kebiasaan lama santri yang lebih bebas dibandingkan dengan aturan ketat di pondok pesantren. Akibatnya, beberapa santri sering menerima hukuman karena terlambat atau tidak menjalankan aktivitas sesuai jadwal, sehingga memicu rasa frustrasi.

## **Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Problematika Penyesuaian Diri Santri Putra dan Putri di Pondok Pesantren MBS Muhiba Yogyakarta**

Adapun faktor-faktor yang memengaruhi penyesuaian diri santri di pondok pesantren dapat diklasifikasikan menjadi dua, yaitu faktor internal dan eksternal:

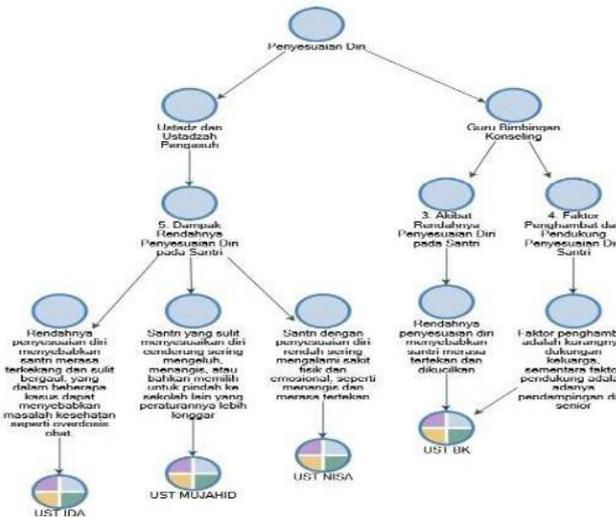
### **a. Faktor Internal**

Faktor ini berasal dari dalam diri santri, meliputi kondisi psikologis, kematangan emosional, kebutuhan, motivasi, serta kemampuan berkomunikasi dan kemandirian. Beberapa santri mengalami kesulitan mengendalikan emosi, seperti frustrasi akibat jauh dari keluarga atau merasa terkekang dengan aturan. Hal ini dapat memicu perilaku negatif, seperti menyendiri, melukai diri, atau bahkan mengalami tekanan emosional berat. Salah satu santri mengungkapkan rasa kesepian karena sulit berteman dan takut mengecewakan orang tua. Ketidakmampuan mengatasi tekanan ini menghambat proses penyesuaian diri mereka di pesantren.

### **b. Faktor Eksternal**

Faktor ini berasal dari lingkungan luar, seperti teman, kakak tingkat, pengasuh, dan keluarga. Hubungan sosial yang positif dengan teman dapat menjadi dukungan, tetapi teman yang buruk atau perilaku tidak adil dari pengasuh bisa menjadi hambatan. Dukungan keluarga juga memegang peran penting. Jika orang tua kurang memahami situasi atau tidak memberikan motivasi, santri cenderung sulit menyesuaikan diri. Sebaliknya, lingkungan yang mendukung dan kegiatan bersama dapat membantu santri merasa nyaman dan betah di pesantren.

## **Dampak Dari Penyesuaian Diri yang Rendah pada Santri Putra dan Putri di Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta**



**Gambar 7 Dampak Dari Penyesuaian Diri yang Rendah pada Santri Putra dan Putri di Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta**

(Sumber: Hasil olah data)

Rendahnya kemampuan penyesuaian diri pada santri Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta berdampak pada aspek psikologis, sosial, akademis, dan perilaku. Secara psikologis, santri sering mengalami stres, kecemasan, dan depresi akibat tekanan untuk memenuhi tuntutan pesantren. Ketidakmampuan beradaptasi membuat mereka merasa terasing dan memengaruhi kesehatan mental.

Dari segi sosial, santri yang sulit menyesuaikan diri cenderung terisolasi, sulit berinteraksi dengan teman, dan merasa kesepian. Isolasi ini memperburuk kondisi emosional mereka, bahkan membuat beberapa santri menghindari kegiatan sosial.

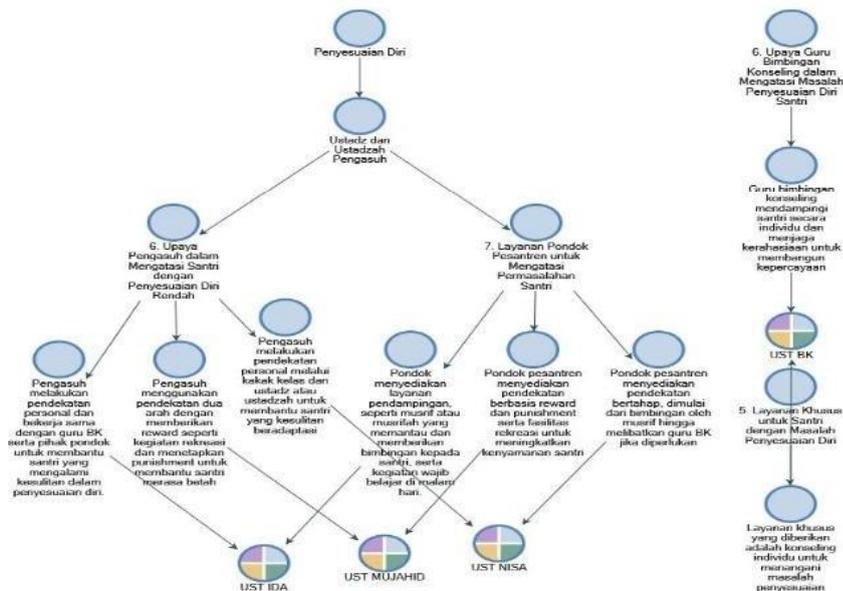
Secara akademis, kesulitan beradaptasi mengurangi fokus belajar dan menurunkan prestasi. Tekanan akademis dan tuntutan norma pesantren sering membuat santri merasa putus asa, kehilangan motivasi, dan tidak mampu memenuhi ekspektasi.

Dampak perilaku juga terlihat, seperti membolos atau melanggar aturan sebagai bentuk pelarian dari tekanan. Perilaku ini dapat menciptakan masalah tambahan bagi diri santri maupun lingkungan pesantren. Oleh karena itu, dukungan dan bimbingan dari pengasuh sangat penting untuk membantu santri mengatasi kendala penyesuaian diri.

### **Upaya Mengatasi Problematika Penyesuaian Diri Santri di Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta**

Muhammadiyah Boarding School (MBS) Muhiba Yogyakarta memiliki sistem penanganan yang terstruktur dalam mengatasi problematika penyesuaian diri santri. Proses penanganan masalah dimulai dengan musrif/musrifah yang bertugas di asrama. Mereka adalah pihak pertama yang dihubungi untuk menyelesaikan masalah yang muncul. Sebagai pengayom dan pembimbing,

musrif/musrifah berperan penting dalam memfasilitasi santri agar dapat beradaptasi dengan lingkungan pesantren. Jika masalah belum dapat diselesaikan, maka permasalahan tersebut akan dialihkan ke guru BK di madrasah untuk pendampingan lebih lanjut. Guru BK berfungsi untuk mendengarkan keluhan santri dan membantu mereka mengatasi masalah pribadi, sosial, maupun akademis. Terakhir, jika masalah masih belum terpecahkan, pimpinan pondok akan terlibat untuk mencari solusi yang terbaik, memastikan bahwa santri mendapatkan perhatian penuh dari seluruh pihak yang terlibat.



**Gambar 8 Upaya Mengatasi Problematika Penyesuaian Diri Santri di Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta**

(Sumber: Hasil olah data)

Berikut adalah jenis-jenis pelayanan yang dilakukan oleh Muhammadiyah Boarding School (MBS) Muhiba Yogyakarta dalam menangani penyesuaian diri santri:

1. Layanan Orientasi

Layanan ini diberikan kepada santri baru untuk memperkenalkan aturan, kewajiban, larangan, dan ketetapan yang berlaku di pondok pesantren. Tujuannya adalah untuk memudahkan santri dalam beradaptasi dengan lingkungan pesantren.

2. Layanan Konseling Individu

Layanan ini diberikan oleh guru BK untuk membantu santri mengatasi permasalahan pribadi, sosial, akademis, atau karir mereka. Konseling dilakukan secara individual untuk memberikan perhatian khusus dan solusi yang tepat sesuai dengan kebutuhan santri.

3. Layanan Mediasi

Layanan ini digunakan untuk menyelesaikan perbedaan persepsi atau kesalahpahaman antara santri, orang tua, dan pihak pondok. Mediasi dilakukan melalui komunikasi dua arah untuk memastikan semua pihak memahami dan menerima solusi yang terbaik.

## **SIMPULAN**

Penelitian ini mengidentifikasi berbagai tantangan penyesuaian diri yang dihadapi oleh santri di Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta. Santri sering mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan perbedaan pola kehidupan antara rumah dan pesantren, yang meliputi disiplin kebersihan, manajemen waktu, serta penerimaan terhadap hierarki senioritas. Faktor internal seperti komunikasi, kemandirian, dan pengendalian emosi, serta faktor eksternal seperti dukungan teman sebaya, kakak tingkat, dan keluarga, sangat mempengaruhi proses penyesuaian diri. Penyesuaian diri yang rendah dapat berdampak pada kesehatan mental, hubungan sosial, serta prestasi akademik santri.

Untuk mengatasi masalah tersebut, pesantren telah menyediakan layanan orientasi, konseling individu, dan mediasi guna mendukung santri dalam mengatasi kesulitan penyesuaian diri dan mengelola emosi. Namun, ada beberapa aspek yang perlu ditingkatkan, seperti fasilitas yang lebih memadai dan penguatan dukungan emosional. Oleh karena itu, penting bagi pesantren untuk memperkuat dukungan emosional melalui pendekatan personal, meningkatkan fasilitas, serta memberikan pelatihan manajemen waktu untuk santri. Langkah-langkah tersebut diharapkan dapat membantu santri beradaptasi lebih baik, mengurangi stres, dan mencapai kesejahteraan yang optimal.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aristya, D. N., Rahayu, A., & Sosial, D. (2018). Penyesuaian Diri Remaja Kelas X SMA Angkasa I. Psikologi.
- Azizah, N., & Hidayati, F. (2019). Penyesuaian Sosial Santri Putri Ditinjau dari Religiusitas dan Dukungan Sosial Teman Sebaya. *Jurnal Empati*, 8(1), 105–110.
- Bukhori, I., & Cikusin, Y. (2023). Adaptation of Santri in the Islamic Religious Educational Culture. *Journal Education Multicultural of Islamic Society*, 3(1), 19–41.
- Fitri, R., & Ondeng, S. (2022). Pesantren di Indonesia: Lembaga Pembentukan Karakter. *Al-Urwatul Wutsqa: Kajian Pendidikan Islam*, 2(1), 42–54.
- Hidayat, A., & Suhendra, Y. (2018). Adaptasi Santri di Pondok Pesantren Modern. *Jurnal Sosietas*, 8(2), 541–546.
- Haiffahningrum, D. N. S. (2022). Pengalaman Penyesuaian Diri bagi Santri Baru di Lingkungan Pesantren X: Studi Fenomenologi. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(7), 1–13.
- Mashabi, N. A., & Ciptianingsih, R. A. (2023). Self-Adjustment and Psychological Well-being of Santri at the Asshiddiqiyah 2 Islamic Boarding School, Tangerang, Banten. *Journal of Family Sciences*, 35–50.

- Pranoto, H., Wibowo, A., & Nafiah, S. (2021). Perilaku Penyesuaian Diri Santri di Pondok Pesantren. *Counseling Milenial (CM)*, 2(2), 363–376.
- Pratama, A., & Nurhayati, S. (2022). Peran Musrif dalam Membantu Penyesuaian Diri Santri di Pesantren. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 9(2), 120–132.
- Rahman, F., Putra, A. R. B., & Syahputra, Y. (2020). Strategi Coping Stress Santri dalam Menghadapi Problematika Pembelajaran di Pondok Pesantren. *Jurnal Psikologi Islam*, 7(1), 58–67.
- Silfiana, R. (2020). A Traditional and Modern Education System of Pondok Pesantren in Perspective Philosophy of Education. *Islamadina: Jurnal Pemikiran Islam*, 43–52.
- Sudibyoy, N. A., & Nugroho, R. A. (2020). Survei Sarana dan Prasarana Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada Sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Pringsewu Tahun 2019. *Journal of Physical Education*, 1(1), 18–24.
- Triyuliasari, A., & Mubarok, A. S. (2024). Self-Adjustment in Modern Islamic Boarding Schools: A Study of Self-Regulation and Religiosity among Students. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 7(1), 57–68.
- Wahyudi, M. (2024). Pengaruh Fasilitas terhadap Kesejahteraan Mental Santri di Pondok Pesantren. *Jurnal Studi Islam dan Pendidikan*, 15(1), 55–67. 67.