

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Deskripsi teoritik

1. Adaptasi

a. Pengertian Adaptasi

Adaptasi adalah interaksi yang berlangsung secara terus menerus dengan diri sendiri, orang lain dan Tuhan-Nya. Penyesuaian diri dengan ilmu jiwa adalah proses dinamika yang bertujuan untuk mengubah kelakuan agar terjadinya hubungan yang sesuai dengan lingkungannya pendapat lain juga dikemukakan oleh Gerungan yang menyatakan bahwa penyesuaian diri berarti mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan (*autoplastis*) dan mengubah lingkungan sesuai dengan keinginan diri (*alloplastis*).¹

Penyesuaian diri merupakan interaksi secara terus menerus baik dengan diri sendiri, orang lain maupun lingkungan sekitar. Semua aktivitas baik berbentuk respon maupun perilaku dalam menghadapi tuntutan baik dari dalam diri sendiri maupun dari lingkungannya serta usaha untuk mengatasi konflik, dorongan-dorongan, keinginan-keinginan, ketegangan sehingga menimbulkan keseimbangan antara tuntutan dari dalam diri individu dan hal-hal obyektif di sekitar merupakan usaha penyesuaian diri.²

Berdasarkan definisi diatas dapat disimpulkan bahwa adaptasi merupakan suatu proses dinamik terus menerus yang mencakup respon mental dan tingkah laku dalam mengatasi kebutuhan dalam diri individu, sehingga tercapai tingkat keselarasan atau harmoni antara diri dan lingkungan dimana individu tinggal.

¹ Nadzir, A. I., & Wulandari, N. W. "Hubungan Religiusitas Dengan Penyesuaian Diri Siswa Pondok Pesantren." *Jurnal Psikologi Taburrasa*, Vol. 8, No. 2, (Agustus, 2013).

² Rahmawati, Fitri. 2017. "Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Terhadap Lingkungan Pada Remaja Penyandang Cacat Tubuh Di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa (Bbrsbd) Prof. Dr. Soeharso Surakarta". 14.

b. Aspek-Aspek Adaptasi

Sedangkan menurut Baker dan Siryk menyatakan bahwa penyesuaian diri terdiri dari empat aspek, yaitu:³

1) *Academic adjustment*

Penyesuaian akademik adalah kemampuan individu untuk mencapai penyesuaian dalam kehidupan sekolah, mata pelajaran, merasa puas dengan prestasi dan usaha akademiknya.

2) *Social adjustment*

Penyesuaian sosial menggambarkan kemampuan individu terhadap hubungannya dalam lingkup sosial seperti struktur college, mengikuti kegiatan di college, bertemu dengan orang baru dan mencoba berteman dengan mereka.

3) *Emotional Adjustment*

Penyesuaian emosi adalah sejauh mana individu merasakan stress, cemas, dan reaksi fisik terhadap lingkungan *college*

4) *Attachment to college*

Kelekatan terhadap institusi adalah sejauh mana individu mempunyai kelekatan emosi terhadap institusi tersebut.

Aspek-aspek adaptasi yaitu:⁴

1) Adaptasi Pribadi

Adaptasi pribadi adalah kemampuan kemampuan seseorang untuk menerima diri demi tercapainya hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan yang ada disekitarnya.

Adaptasi pribadi dianggap berhasil apabila ditandai oleh tidak ada kebencian pada dirinya, tidak ada keinginan untuk lari dari kenyataan yang sesungguhnya serta mempercayai dirinya. Sebaliknya jika

³ Al Rasyid, H., & Chusairi, A. C. H. M. A. D. 2021. “Hubungan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri pada mahasiswa Universitas Airlangga”. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1(2), 1306-1312.

⁴ Enung Fatimah, Psikologi Perkembangan, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2006), 207.

kegagalan adaptasi ini ditandai adanya kecemasan pada dirinya, tidak percaya diri, emosi dan keluhan-keluhan yang dialami pada dirinya. Jika Adaptasi gagal maka akan terjadi sumber konflik pada seseorang yang akan menimbulkan *problem*.

2) Adaptasi Sosial

Adaptasi sosial adalah adaptasi dalam kehidupan dimasyarakat yang terjadi proses saling menghargai satu sama lain yang terus menerus dan selalu bergantian dengan yang lainnya.

Proses adaptasi sosial menimbulkan sesuatu kebudayaan dan pola tingkah laku yang sesuai dengan aturan, hukum, norma, adatistiadat, nilai, dan norma sosial yang berlaku dalam masyarakat. Sehingga proses ini di kenal dengan proses adaptasi sosial karena berhubungan dengan lingkungan maupun kemasyarakatan.

Terdapat lima aspek yang harus dimiliki oleh individu dalam adaptasi diri, sebagai berikut:⁵

- 1) Persepsi terhadap realitas yaitu individu mengubah persepsinya tentang kenyataan hidup dan menginterpretasikannya, sehingga mampu menentukan tujuan yang realistik sesuai dengan kemampuannya serta mampu mengenali konsekuensi dan tindakannya agar menuntun pada perilaku yang sesuai.
- 2) Kemampuan mengatasi stres dan kecemasan yaitu mempunyai kemampuan mengatasi stres dan kecemasan berarti individu mampu menerima kegagalan yang dialami.
- 3) Gambaran diri yang positif yaitu berkaitan dengan penilaian individu tentang dirinya sendiri. Individu mempunyai gambaran diri yang positif baik melalui penilaian pribadi maupun melalui orang lain, sehingga individu dapat merasakan kenyamanan psikologis.
- 4) Kemampuan mengekspresikan emosi dengan baik berarti individu memiliki ekspresi emosi dan kontrol emosi yang baik.

⁵ Isham dan Nawang, "Hubungan Religiusitas Dengan Penyesuaian Diri Siswa di Pondok Pesantren," Jurnal Psikologi Tabularasa, Volume 8, No.2, Agustus 2013, hlm. 698–707

- 5) Hubungan interpersonal yang baik yaitu berkaitan dengan hakekat individu sebagai makhluk sosial, yang sejak lahir tergantung pada orang lain. Individu yang memiliki adaptasi diri yang baik mampu membentuk hubungan dengan cara berkualitas dan bermanfaat.

c. Kemampuan Adaptasi Santri di Pondok Pesantren

Kemampuan santri dalam beradaptasi dapat di kelompokkan menjadi dua, yaitu kemampuan santri yang sudah mampu beradaptasi dan santri yang kurang mampu beradaptasi. Kemampuan adaptasi seseorang dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor yaitu penilaian diri dan faktor kemandirian.⁶

Adapun faktor penilaian diri yaitu Santri yang mampu beradaptasi, mampu menilai dirinya sebagaimana apa adanya baik kelebihan maupun kekurangan atau kelemahannya yang menyangkut fisik(postur tubuh, wajah, keutuhan dan kesehatan) dan kemampuan. Santri dapat menghadapi situasi atau kondisi kehidupan yang dihadapi secara realistik dan mau menerimanya secara wajar, tidak mengharapkan kondisi kehidupan itu sebagai suatu yang harus sempurna.

Sedangkan faktor kemandirian merupakan Santri yang memiliki sikap mandiri dalam cara berpikir dan bertindak, mampu mengambil keputusan, mengarahkan dan mengembangkan diri serta mampu beradaptasi diri secara konstruktif dengan norma yang berlaku di lingkungannya.

Santri yang kurang mampu dalam beradaptasi akan mengalami *problem* dalam kehidupannya di pondok pesantren. Untuk memiliki hubungan pribadi yang sehat dengan lingkungan sosial, maka santri harus mampu mandiri, sehingga dapat dikatakan kemandirian merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi adaptasi santri di pondok pesantren.

Kemampuan anak beradaptasi secara positif ditandai dengan empat

⁶ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* terjemahan: Istiwidayati, (Jakarta: Erlangga, 2008), 319

aspek yang melalui kepribadiannya yaitu: 1) kematangan emosional, 2) kematangan intelektual, 3) kematangan sosial dan 4) tanggung jawab.⁷

- 1) Kematangan emosional mencakup aspek-aspek
 - a) Kemantapan suasana kehidupan emosional
 - b) Kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain
 - c) Kemampuan untuk santai, gembira dan menyatakan kejengkelan
 - d) Sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri.
- 2) Kematangan intelektual mencakup aspek-aspek
 - a) Kemampuan mencapai diri sendiri
 - b) Kemampuan memahami orang lain dan keragamannya
 - c) Kemampuan mengambil keputusan
 - d) Keterbukaan dalam mengenal lingkungan.
- 3) Kematangan sosial mencakup aspek-aspek
 - a) Ketertiban dalam partisipasi sosial
 - b) Kesediaan kerjasama
 - c) Kemampuan kepemimpinan
 - d) Sikap toleransi
 - e) Keakraban dalam pergaulan.
- 4) Tanggung jawab mencakup aspek-aspek
 - a) Sikap produktif dalam mengembangkan diri
 - b) Melakukan perencanaan dan melaksanakannya secara fleksibel
 - c) Sikap altruisme, empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal
 - d) Kesadaran hidup etika dan hidup jujur
 - e) Melihat perilaku dari segi konsekuensi atas dasar sistem nilai
 - f) Kemampuan bertindak independen.

⁷ Desmita, Psikologi Perkembangan Peserta Didik, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya Offset, 2009), 195.

d. Dampak *Problem* Santri yang Kurang Mampu Beradaptasi di Pondok Pesantren

Adapun santri yang kurang mampu beradaptasi dapat mengakibatkan adaptasi yang salah dengan ditandai oleh sikap dan tingkah laku yang serba salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistik, membabi buta dan lain sebagainya. Dalam hal ini individu yang kurang mampu beradaptasi ada tiga bentuk reaksi yaitu reaksi bertahan, reaksi menyerang dan reaksi melarikan diri;⁸

1) Reaksi bertahan (*Defence Reaction*)

Santri yang berusaha mempertahankan dirinya untuk bertahan dan seolah-olah tidak sedang menghadapi *problem*, santri juga selalu berusaha menunjukkan bahwa dirinya tidak mengalami kesulitan. Adapun bentuk khusus dari reaksi bertahan adalah:

- a) Rasionalisasi, yaitu mencari-cari alasan yang masuk akal untuk membenarkan tindakan yang salah.
- b) Represi, yaitu menekan perasaanya yang dirasakan kurang enak ke alam tidak sadar sehingga mereka melupakan perasaan atau pengalamannya yang menyakitkan.
- c) Proyeksi, yaitu menyalahkan kegagalan pada dirinya atau pihak lain sehingga mencari-cari alasan yang dapat diterima.
- d) *Sour gropes* yaitu, memutarbalikkan fakta atau kenyataan.

2) Reaksi menyerang (*aggressive reaction*)

Santri yang kurang mampu beradaptasi dan mengalami *problem* akan menunjukkan sikap dan prilaku yang bersifat menyerang atau *konfrontasi* untuk menutupi kekurangan atau kegagalannya. Bentuk reaksi-reaksi menyerang ini yaitu:

- a) Selalu membenarkan diri sendiri
- b) Selalu ingin berkuasa dalam setiap situasi
- c) Merasa senang bila mengganggu orang lain

⁸Enung Fatimah, Psikologi Perkembangan, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2006), 197.

- d) Suka mengretak baik ucapan maupun perbuatan
 - e) Menunjukkan sikap permusuhan secara terbuka
 - f) Bersikap menyerang dan merusak
 - g) Keras kepala dalam sikap dan perbuatannya
 - h) Suka bersikap balas dendam
 - i) Memperkosa hak orang lain
 - j) Tindaknya suka serampangan dan sebagainya.
- 3) Reaksi mlarikan diri (*escape reaction*)
- Santri dalam reaksi diri ini akan mlarikan diri dari situasi yang menimbulkan konflik atau kegagalan, diantaranya sebagai berikut:
- a) Suka berfantasi untuk memuaskan keinginan yang tidak tercapai dengan bentuk angan-angan (seolah-olah sudah tercapai).
 - b) Banyak tidur, suka mengurung diri, pendiam dan lain sebagainya.
 - c) Regresi yaitu kembali ketingkah laku yang kekanak-kanakan, misalnya tidak mau mengaji.

2. Konseling Kelompok

a. Pengertian Konseling Kelompok

Berdasarkan literatur bahasa Arab kata konseling disebut *Al-Irsyad* atau *Al-Istisyarah*, dan kata bimbingan disebut *Attaujih*. Dengan demikian, *Guidance and Counselling* dialih bahasakan menjadi *At-taujih wa al-irsyad* atau *at-taujih wa al-istisyarah*. Secara etimologi kata *Irsyad* berarti *alhuda*, *ad-dalah* yang dalam bahasa Indonesia berarti; petunjuk, sedangkan kata *Al istisyarah* berarti; *talaba min al-mansyurah/an-nasihah*, dalam bahasa Indonesia berarti; meminta nasehat/konsultasi.⁹

Konseling Islam adalah bantuan yang bersifat mental spiritual diharap dengan melalui kekuatan iman dan ketakwaan kepada tuhan, seseorang

⁹ Anwar, M Fuad. 2019. Landasan Bimbingan Konseling Islam. Yogyakarta: Deppublish, hal 1.

mampu mengatasi sendiri masalah yang sedang dihadapinya.¹⁰ Sedangkan menurut Musnamar konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyedari Kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Dari beberapa pendapat tersebut disimpulkan bahwa konseling Islam adalah bimbingan untuk kembali pada nilai-nilai ilahiah agar individu mampu menyelesaikan masalahnya secara mandiri dalam kerangka keimanan dan ketaatan kepada Allah.

Kegiatan konseling kelompok akan terlihat hidup jika didalamnya terdapat dinamika kelompok. Dinamika kelompok merupakan media efektif bagi anggota kelompok dalam mengembangkan aspek-aspek positif ketika mengadakan komunikasi antarpribadi dengan orang lain. konseling kelompok merupakan suatu proses pemberian bantuan yang diberikan kepada individu dalam situasi kelompok. Bimbingan konseling kelompok ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa.¹¹

Konseling kelompok adalah bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta individu diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya.¹² Sedangkan Gazda mendefinisikan konseling kelompok adalah konseling kelompok merupakan suatu sistem layanan bantuan yang sangat baik untuk membantu pengembangan kemampuan pribadi, pencegana dan mengenai konflik-konflik pribadi atau pemecahan masalah.¹³

¹⁰ Achmad Mubarok, Al-Irsyad An-Nafsy: Konseling Agama Teori dan Kasus. Jakarta: Bina Rena Pariwa, 2000, 5.

¹¹ Romlah.Teoru dan Praktek Bimbingan dan Konseling Kelompok. Malang: Universitas Negeri Malang 2001,3.

¹² Namora Lumongga, Konseling Kelompok, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2016), 19.
¹³ *Ibid*, 19.

Islam sangat menganjurkan umatnya untuk bermusyawarah atau berdiskusi ketika menghadapi masalah, karena musyawarah memungkinkan solusi yang lebih bijaksana karena melibatkan berbagai perspektif dan pendapat. Hal ini tercermin dalam Al-Qur'an Surat Asy-Syura :

وَالَّذِينَ اسْتَجَابُوا لِرَبِّهِمْ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَمْرُ هُنْ شُورَىٰ بَيْنَهُمْ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ

"Dan (bagi) orang-orang yang menerima (mematuhi) seruan Tuhan mereka dan mendirikan shalat, sedang urusan mereka (diputuskan) dengan musyawarat antara mereka; dan mereka menafkahkan sebagian dari rezeki yang Kami berikan kepada mereka".¹⁴

Konseling kelompok merupakan metode konseling yang tidak hanya mengandalkan teknik komunikasi psikologis, tetapi juga berlandaskan pada ajaran Al-Qur'an, hadist, dan nilai-nilai Islam seperti ukhuwah, musyawarah, empati, dan ta'awun (tolong-menolong). konsep dasarnya selaras dengan prinsip-prinsip ajaran Islam yang mendorong pembinaan mental dan spiritual secara berjamaah. Al-Qur'an juga memberikan landasan penting bagi aktivitas konseling kelompok. Hal ini tercermin dalam Al-Qur'an Surat Al-Maidah:

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبَرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الإِثْمِ وَالْعُدُوانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ

"Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebijakan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan."¹⁵

Ayat ini menekankan pentingnya kerja sama dalam kebaikan, yang menjadi landasan etik bagi praktik konseling kelompok, di mana setiap anggota saling mendukung untuk tumbuh menjadi pribadi yang lebih baik. Musyawarah dalam kelompok, yang menjadi salah satu prinsip utama dalam

¹⁴ Q.S Asy Syura, 42: 38.

¹⁵ Q.S Al Maidah, 5: 2.

konseling kelompok, merupakan metode yang juga dianjurkan dalam Islam untuk mencapai solusi yang bijaksana melalui keterbukaan dan saling mendengar. Dalam hadist, Rasulullah SAW juga menekankan pentingnya interaksi sosial yang positif dalam kelompok:

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ يُوسُفَ حَدَّثَنَا سُفيَّانُ، عَنْ أَبِي بُرْدَةَ بُرْيَدْ بْنِ أَبِي بُرْدَةَ قَالَ: أَخْبَرَنِي جَدِّي أَبُو بُرْدَةَ، عَنْ أَبِيهِ أَبِي مُوسَى، عَنْ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ: الْمُؤْمِنُ لِلْمُؤْمِنِ كَالْبَيْانِ، يَسْأُدُ بَعْضَهُ بَعْضًاً (ثُمَّ شَبَّاكَ بَيْنَ أَصَابِعِهِ، وَكَانَ النَّبِيُّ ﷺ جَالِسًا، إِذْ جَاءَ رَجُلٌ يَسْأَلُ، أَوْ طَالِبٌ حَاجَةً، أَقْبَلَ عَلَيْنَا بِوْجْهِهِ فَقَالَ): اشْفَعُوا فَلْتُوجِرُوا، وَلْيَقْضِ اللَّهُ عَلَى لِسَانِنِي مَا شَاءَ¹⁶ (صحيح البخاري: ح 5680)

"Seorang mukmin bagi mukmin yang lain seperti bangunan yang saling menguatkan." (HR. Bukhari dan Muslim)

Hadist ini menggambarkan pentingnya saling dukung antar individu dalam komunitas. Inilah yang menjadi esensi dari konseling kelompok dalam Islam membangun kelompok yang saling memperkuat dan menyembuhkan diantara anggota kelompok.

Melalui suasana konseling kelompok, konseli lebih mudah membicarakan persoalan mendesak yang mereka hadapi dari pada konseling individu, lebih rela menerima sumbangan pikiran dr anggota kelompok dan konselor, lebih bersedia membuka isi hati karena melihat anggota kelompok yang lebih terbuka dan jujur, mampu mengontrol tingkah laku agar terbina hubungan sosial yang lebih baik, lebih semangat dan bahagia karena menghayati suasana kebersamaan dan persatuang antara anggota kelompok.¹⁷

Konseling kelompok adalah upaya bantuan yang bersifat pencegahan dan pengembangan kemampuan pribadi sebagai pemecahan masalah secara kelompok atau bersama-sama dari seorang konselor kepada klien¹⁸

George M. Gadza mengartikan konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, yang berpusat pada pemikiran atau

¹⁶ Muhammad bin Ismail al-Bukhari, *Shahih al-Bukhari*, Jilid 5, Riyadh, Baitul Afkar ad-Dauliyyah, 1419 H – 1998 M, hal 2242

¹⁷ Winkel, Sri Hastuti, Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan. Yogyakarta: Media abadi. 2004. 594.

¹⁸ Ibid, 25.

perilaku yang disadari. Proses itu mengandung ciri-ciri terapeutik seperti pengungkapan pikiran dan perasaan secara leluasa, orientasi pada kenyataan, pembukaan diri mengenai seluruh perasaan mendalam yang dialami, saling percaya, saling perhatian, saling pengertian dan saling mendukung.¹⁹

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah suatu layanan yang diberikan oleh konselor kepada beberapa konseli dalam situasi kelompok agar konseli kembali pada nilai-nilai ilahiah agar mampu menyelesaikan dan mencegah masalahnya secara mandiri dalam kerangka keimanan dan ketaatan kepada Allah.

b. Tujuan Konseling Kelompok

Dalam proses konseling kelompok, tujuan konseling kelompok ditentukan pada awal pertemuan proses konseling berlangsung. Hal ini bertujuan agar pelaksanaan konseling kelompok jelas dan terarah.

Dalam literatur Profesional mengenai konseling dalam kelompok, sebagaimana tampak dalam karya Erle M. Ohlsen (1977), Don C. Dinkmeyer dan James J. Muro (1979), Serta Gerald Corey (1981), dapat ditemukan sejumlah tujuan umum dari pelayanan bimbingan dalam bentuk konseling kelompok sebagai berikut :²⁰

- 1) Konseli mampu memahami dirinya dengan lebih baik dan menemukan dirinya sendiri, lebih menerima diri sendiri dan terbuka terhadap aspek-aspek positif dalam kepribadiannya.
- 2) Konseli dapat mengembangkan kemampuan berkomunikasi satu sama lain, sehingga mereka saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas perkembangannya.
- 3) Konseli memperoleh kemampuan mengatur dirinya sendiri dan mengarahkan kehidupannya sendiri.

¹⁹ Winkel, Sri Hastuti, Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan. Yogyakarta: Media abadi. 2004. 590

²⁰ *Ibid*, 592

- 4) Konseli lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain.
- 5) Masing-masing konseli ,emetapkan suatu sasara yang ingin mereka capai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif.
- 6) Konseli lebih menyadari dan menghayati makna dari kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama.
- 7) Konseli menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya kerap juga menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain.
- 8) Konseli belajar berkomunikasi lebih aktif dengan anggota kelompok.

Tujuan konseling kelompok adalah :²¹

- 1) Berkembangnya perasaan, pikiran, wawancara dan sikap terarah kepada tingkah laku yang bertanggung jawab, khususnya dalam bersosialisasi/komunikasi.
- 2) Terpecahnya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya pemecahan masalah tersebut bagi anggota kelompok dalam layanan konseling kelompok

Krumboz mengelompokkan tujuan konseling menjadi tiga jenis, yaitu mengubah perilaku yang salah, belajar membuat keputusan, dan mencegah timbulnya masalah.²²

Dari beberapa tujuan di atas peneliti dapat menyimpulkan tujuan konseling kelompok yaitu membantu konseli dalam situasi kelompok agar mampu mengembangkan potensi dirinya dalam proses peningkatan keterampilan interpersonal untuk memahami diri dan lingkungannya sehingga mampu memecahkan permasalahan pada dirinya dan mencegah timbulnya permasalahan baru.

²¹ Prayitno. Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling. Padang: Universitas Negeri Padang. 2012. 152.

²² Ibid, 43.

c. Fungsi Konseling kelompok

Dalam proses pelaksanaannya, konseling kelompok bersifat pencegahan dan perbaikan. Konseling kelompok bersifat pencegahan memiliki pengertian bahwa usaha untuk menghindari segala sesuatu yang tidak baik atau menjauhkan diri dari larangan Allah, yang diharapkan mampu membantu konseli dalam mengantisipasi berbagai kemungkinan timbulnya masalah dan berupaya untuk mencegah tidak mengalami masalah dalam kehidupannya. Hal ini sesuai dengan ayat Al Qur'an dari Q.S. Al-Ankabut, 29:45

اُنْلِمَّ مَا اُوْحِيَ لَيْكَ مِنَ الْكِتَبِ وَاقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ
يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴿٤٥﴾

"Bacalah (Nabi Muhammad) Kitab (Al-Qur'an) yang telah diwahyukan kepadamu dan tegakkanlah salat. Sesungguhnya salat itu mencegah dari (perbuatan) keji dan mungkar. Sungguh, mengingat Allah (salat) itu lebih besar (keutamaannya daripada ibadah yang lain). Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan."²³

Surat Al-Ankabut ayat 45 menunjukkan bahwa ayat ini hanya sebagai contoh agar dapat dimengerti bahwa sesuatu yang dilarang oleh Allah, merupakan pencegahan agar kita tidak melakukannya.²⁴

Sedangkan konseling kelompok bersifat perbaikan dalam pengertian membantu mengatasi perbuatan yang sudah terlanjur terjerumus kedalam kemaksiatan dan usaha dalam memperbaiki. Serta membantu konseli yang bermasalah agar dapat memperbaiki kekeliruan berfikir, berperasaan, berkehendak dan bertindak. Konselor memberikan perlakuan agar memiliki pola fikir yang rasional dan memiliki perasaan tepat sehingga konseli berkehendak merencanakan Tindakan yang produktif dan normative. Hal ini sesuai dengan Q.S Yusuf 12:87

²³ Q.S Al-Ankabut/ 29:45

²⁴ Tarmizi. 2018. Bimbingan Konseling Islam. Medan: Perdana Publishing.49

يَا بَنِي إِذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَنْأِسُوا مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَئِسُ مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ (٨٧)

“Wahai anak-anakku! Pergilah kamu, carilah (berita) tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya yang berputus asa dari rahmat Allah hanyalah orang-orang yang yang kafir.”²⁵

Dalam hal ini fungsi perbaikan dapat dicontohkan dalam upaya seseorang agar tidak berputus asa dengan segala upayanya. Harus bisa mengembangkan sikap optimis dalam menghadapi masalah.²⁶

d. Asas Konseling Kelompok

Menurut Aswadi, asas-asas yang digunakan dalam layanan konseling kelompok, yaitu sebagai berikut :²⁷

1. Asas Kebahagiaan Dunia dan akhirat

Asas ini menekankan bahwa layanan konseling kelompok tidak hanya bertujuan membantu individu menyelesaikan problem psikologis, sosial, atau emosional, tetapi juga menumbuhkan kesadaran spiritual agar Konseli hidup selaras dengan nilai-nilai Islam, Mendapat ketenangan dan makna hidup di dunia, Serta memperoleh keselamatan dan kebahagiaan di akhirat kelak.

Usaha layanan konseling kelompok dapat memberikan dampak agar mendapat petunjuk dari masalah yang dihadapi dan menyadarkan akan kebahagiaan yang hakiki yakni dari Allah SWT dan bisa menjadikan hidupnya Bahagia dunia dan akhirat.²⁸ sebagaimana dijelaskan pada Q.S Al Baqarah 2 : 201

وَمِنْهُمْ مَنْ يَقُولُ رَبَّنَا أَنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةٌ وَّفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةٌ وَّقِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴿٢١﴾

²⁵ Q.S Yusuf 12:87

²⁶ Tarmizi. 2018. Bimbingan Konseling Islam. Medan: Perdana Publishing.51

²⁷ Ibid.55

²⁸ Ibid

Di antara mereka ada juga yang berdoa, “Ya Tuhan kami, berilah kami kebahagiaan di dunia dan kebahagiaan di akhirat serta lindungilah kami dari azab neraka²⁹

2. Asas fitrah

Asas Fitrah dalam Konseling Kelompok adalah salah satu landasan penting dalam bimbingan dan konseling Islam, yang mengakui bahwa setiap manusia diciptakan oleh Allah SWT dengan fitrah (potensi dasar bawaan) untuk menjadi baik, mengenal kebenaran, dan menyembah Allah. Hal ini sesuai dengan Q.S Ar Rum 30:30

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلّٰهِ الَّتِي فَطَرَتِ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَنْبِيلَ لِخَلْقِ اللَّٰهِ ذَلِكَ الدِّينُ
الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ

Artinya : “Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama Allah; (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus; tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui.”³⁰

3. Asas Lillahita’alah

Asas Lillahi Ta‘alā berarti bahwa seluruh proses konseling kelompok dilandasi dan diarahkan hanya untuk mencari ridha Allah, bukan untuk kepentingan duniawi, pujian, atau prestise pribadi. Segala aktivitas konseling dilakukan sebagai bentuk ibadah. Hal ini sesuai dengan Q.S Al-An’am 6 : 162

فُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿١٦٢﴾

Artinya : “Katakanlah (Nabi Muhammad), “Sesungguhnya salatku, ibadahku, hidupku, dan matiku hanyalah untuk Allah, Tuhan semesta alam.”³¹

4. Asas keseimbangan ruhaniyah

Asas keseimbangan ruhaniyah adalah prinsip dalam konseling kelompok Islam yang menekankan pada keseimbangan jiwa

²⁹ Q.S Al Baqarah 2 : 201

³⁰ Q.S Ar Rum 30:30

³¹ Q.S Al-An’am 6 : 162

(ruh/rohani), yaitu antara: Akal (intelektual), Hati (emosi), Nafsu (dorongan biologis) dan Ruh (dimensi spiritual). Tujuannya adalah agar konseli menjadi pribadi yang utuh, tidak timpang antara dunia dan akhirat, fisik dan batin, emosional dan spiritual. Hal ini sesuai dengan Q.S Al-A'raf 7:179

وَلَقَدْ ذَرَنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالْأَنْسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَعْقِفُهُنَّ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا
وَلَهُمْ أَذْنُونَ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ
⑯١٧٩

Artinya : “Sungguh, Kami benar-benar telah menciptakan banyak dari kalangan jin dan manusia untuk (masuk neraka) Jahanam (karena kesesatan mereka). Mereka memiliki hati yang tidak mereka pergunakan untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan memiliki mata yang tidak mereka pergunakan untuk melihat (ayat-ayat Allah), serta memiliki telinga yang tidak mereka pergunakan untuk mendengarkan (ayat-ayat Allah). Mereka seperti hewan ternak, bahkan lebih sesat lagi. Mereka itulah orang-orang yang lengah.”³²

5. Asas saling menghargai dan menghormati

Asas saling menghargai dan menghormati dalam konseling kelompok Islam adalah prinsip yang menekankan bahwa setiap anggota kelompok, termasuk konselor, harus Menghargai pendapat, perasaan, dan pengalaman orang lain, Menghormati hak dan keberadaan anggota lain Serta menjaga adab dalam interaksi, sebagai bentuk akhlak Islami dan kemanusiaan. Asas ini menjadi dasar terciptanya lingkungan konseling yang aman, terbuka, dan mendukung, sehingga setiap anggota bisa tumbuh dan berubah tanpa takut dinilai atau direndahkan. Hal ini sesuai dengan Q.S An-Nisa' 4:86

وَإِذَا حُيِّنُتُمْ بِتَحْيَيَةٍ فَاحْيُوا بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ رُدُّوهَا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ حَسِيبًا
٤٨٦

Artinya : “Apabila kamu dihormati dengan suatu penghormatan (salam), balaslah penghormatan itu dengan yang lebih baik daripadanya atau

³² Q.S Al-A'raf 7:179

balaslah dengan yang sepadan. Sesungguhnya Allah Maha Memperhitungkan segala sesuatu.³³

6. Asas musyawarah

Asas musyawarah dalam hal ini adalah antara konselor dan konseli terjadi dialog amat baik, tidak ada perasaan tertekan dan perintah untuk melakukan musyawarah dalam Islam didasari dari firman Allah pada Q.S Asy syuura 42:38

وَالَّذِينَ اسْتَجَابُوا لِرَبِّهِمْ وَآقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَمْرُهُمْ شُورَى بَيْنَهُمْ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِخُونَ ﴿٣﴾

Artinya : “(juga lebih baik dan lebih kekal bagi) orang-orang yang menerima (mematuhi) seruan Tuhan dan melaksanakan salat, sedangkan urusan mereka (diputuskan) dengan musyawarah di antara mereka. Mereka menginfakkan sebagian dari rezeki yang Kami anugerahkan kepada mereka.”³⁴

7. Asas kerahasiaan

Asas kerahasiaan dalam konseling Islam adalah wujud nyata dari amanah, adab, dan tanggung jawab moral. Menjaga rahasia konseli bukan hanya etika profesional, tetapi juga kewajiban agama yang harus ditegakkan untuk menjaga kepercayaan, kehormatan, dan keberkahan proses konseling. Dalam konseling kelompok, asas ini menciptakan suasana yang aman, saling percaya, dan penuh empati sesuai dengan nilai-nilai Islam. Hal ini sesuai dengan QS. Al-Ahzab 33:72

إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلُنَّهَا وَأَشْفَقُنَّ مِنْهَا وَحَمَلَهَا إِلَيْنَا إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا ﴿٧٢﴾

Artinya :” Sesungguhnya Kami telah menawarkan amanat kepada langit, bumi, dan gunung-gunung; tetapi semuanya enggan untuk memikul amanat itu dan mereka khawatir tidak akan melaksanakannya. Lalu, dipikullah amanat itu oleh manusia. Sesungguhnya ia (manusia) sangat zalim lagi sangat bodoh.”

³³ Q.S An-Nisa' 4:86

³⁴ Q.S Asy syuura 42:38

e. Struktur Konseling Kelompok

Dalam proses pelaksanaan konseling kelompok hal penting lain yang harus diperhatikan adalah struktur konseling kelompok yang meliputi :³⁵

1) Jumlah Anggota Kelompok

Jumlah anggota kelompok dalam konseling kelompok terdiri dari 4 sampai 12 orang konseli karena hasil penelitian menunjukkan bahwa apabila anggota kelompok kurang dari 4 orang maka dinamika kelompok menjadi kurang hidup, sebaliknya jika jumlah anggota kelompok lebih dari 12 orang maka kelompok akan terlalu besar sehingga menyulitkan konselor dalam menjalankan tugasnya sebagai pemimpin kelompok

2) Homogenitas Kelompok

Dalam menentukan karakteristik kelompok sebenarnya tidak ada ketentuan yang baku. Sehingga dalam menentukan karakteristik kelompok, pemimpin kelompok dapat menentukan karakteristik kelompok menggunakan homogenitas atau heterogenitas sesuai dengan kebutuhan konseling kelompok. Baik itu berdasarkan jenis kelamin, usia, permasalahan yang dihadapi dan lain-lain.

3) Sifat Kelompok

Ada dua macam sifat kelompok dalam konseling kelompok yaitu :

a) Sifat terbuka

Dikatakan sebagai sifat terbuka karena pada kelompok ini dapat menerima kehadiran anggota baru setiap saat sampai batas yang telah ditetapkan.

b) Sifat tertutup

Bersifat tertutup yang artinya adalah konselot tidak memasukkan konseli baru untuk bergabung dalam kelompok yang sudah terbentuk.

4) Waktu Pelaksanaan

Penentuan pertemuan waktu yang tepat ditentukan oleh kebijakan konselor sesuai dengan kebutuhan dan permasalahan yang dialami oleh konseli

³⁵ Namora Lumongga Lubis Hasnida, Konseling Kelompok (Jakarta: Prenadamedia, 2016), 77-80

dalam kelompok konseling. Tetapi secara umum pada konseling yang bersifat jangka pendek, waktu pertemuan berkisar antara 8-20 pertemuan. Frekuensi pertemuan 1-3 kali dalam seminggu dengan durasi antara 60-90 menit.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan subyek penelitian sebanyak 10 siswa yang anggotanya bersifat tertutup. peneliti memilih 10 siswa yang memiliki kriteria; 4 siswa memiliki tingkat adaptasi rendah, 3 siswa memiliki tingkat adaptasi sedang dan 3 siswa memiliki tingkat adaptasi tinggi hal ini dilakukan agar suasana di dalam kelompok menjadi hidup dan mempermudah terbentuknya dinamika kelompok. Selain itu pemilihan sejumlah 10 siswa sebagai kelompok agar mempermudah pembagian tim dalam kelompok untuk melaksanakan dan menyelesaikan *challenge* yang diberikan oleh konselor dalam proses konseling kelompok. Dalam melaksanakan pelaksanaan model Konseling Kelompok Teknik *Problem Solving* Menggunakan *Reward* ini waktu pertemuan berkisar 5 kali pertemuan, hal ini karena sudah sesuai dengan kebutuhan pelaksanaan konseling. Adapun frekuensi pertemuan dilakukan 1-2 kali seminggu dengan durasi 60-90 menit.

f. Tahap-Tahap Konseling Kelompok

Tahap pelaksanaan layanan konseling kelompok:³⁶

- 1) Pembukaan
 - a) Membangun hubungan antar pribadi yang baik menentukan keberhasilan proses konseling kelompok pada tahap-tahap selanjutnya.
 - b) Saling memperkenalkan diri baik anggota kelompok dan konselor
 - c) Menjelaskan proses pelaksanaan konseling kelompok dan penjelasan-penjelasan yang diperlukan, antara lain pengertian, tujuan, cara pelaksanaan, asas dan kesepakatan waktu.
- 2) Penjelasan masalah

³⁶ Winkel, Sri Hastuti, Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan. Yogyakarta: Media abadi. 2004. 607

Masing-masing konseli mengutarakan masalah yang dihadapi berkaitan dengan materi diskusi sambil mengungkapkan pikiran dan perasaannya secara bebas

- 3) Penggalihan latarbelakang masalah
Penjelasan lebih mendalam dan mendetail tentang permasalahan
- 4) Penyelesaian masalah
Menentukan solusi pemecahan dan tujuan kedepan
- 5) Penutup
Mengakhiri proses konseling bila mana kelompok sudah siap untuk melaksanakan apa yang telah diputuskan bersama.

Konselor dapat menyusun rencana baru ataupun perbaikan pada rencana yang telah dibuat sebelumnya atau dapat melakukan perbaikan terhadap cara pelaksanaannya. Apapun hasil dari proses konseling yang telah dilakukan seyogiyanya dapat memberikan peningkatan pada seluruh anggota kelompok. Karena inilah inti dari konseling kelompok yaitu untuk mencapai tujuan bersama.

g. Teknik Konseling Kelompok

Ada beberapa teknik yang bisa digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, antara lain : pemberian informasi atau ekspositori, diskusi kelompok, pemecahan masalah (*problem solving*), penciptaan suasana kekeluargaan (*homeroom*), permainan peranan, karyawisata, dan permainan simulasi.³⁷

1) Teknik Pemberian Informasi

Teknik pemberian informasi sering disebut juga dengan metode ceramah, yaitu pemberian penjelasan oleh seorang pembicara kepada sekelompok pendengar. Pelaksanaan teknik pemberian informasi mencakup tiga hal, yaitu perencanaan, pelaksanaan dan penilaian.

³⁷ Romlah. Teori dan Praktek Bimbingan dan Konseling Kelompok. Malang: Universitas Negeri Malang.2001. 87.

2) Diskusi Kelompok

Diskusi kelompok adalah percakapan yang telah direncanakan antara tiga orang atau lebih dengan tujuan untuk memecahkan masalah atau untuk memperjelas suatu persoalan, di bawah pimpinan seorang pemimpin. Di dalam melaksanakan bimbingan kelompok, diskusi kelompok tidak hanya untuk memecahkan masalah, tetapi juga untuk mencerahkan persoalan, serta untuk mengembangkan pribadi.

3) Teknik Pemecahan Masalah (*Problem Solving Techniques*)

Teknik pemecahan masalah merupakan suatu proses kreatif dimana individu menilai perubahan yang ada pada dirinya dan lingkungannya, dan membuat pilihan-pilihan baru, keputusan- keputusan atau penyesuaian yang selaras dengan tujuan dan nilai hidupnya.

4) Permainan Peranan (*Role Playing*)

Permainan peranan adalah suatu alat belajar yang menggambarkan keterampilan- keterampilan dan pengertian-pengertian mengenai hubungan antar manusia dengan jalan memerankan situasi-situasi yang paralel dengan yang terjadi dalam kehidupan yang sebenarnya. Bennett menyebutkan dua macam permainan peranan, yaitu *sosiodrama* dan *psikodrama*.

5) Permaianan simulasi

Permaianan simulasi adalah permainan yang dimaksudkan untuk merefleksikan situasi-situasi yang terdapat dalam kehidupan yang sebenarnya. Permainan simulasi dapat dikatakan merupakan gabungan antara teknik permainan peranan dan teknik diskusi.

6) Karyawisata (*Field Trip*)

Karyawisata adalah kegiatan yang diprogramkan oleh sekolah untuk mengunjungi objek-objek yang ada kaitannya dengan bidang studi yang dipelajari siswa, dan dilaksanakan untuk tujuan belajar secara khusus.

7) Teknik Penciptaan Suasana Kekeluargaan (*Homeroom*)

Teknik penciptaan suasana kekeluargaan adalah teknik untuk mengadakan pertemuan dengan sekelompok siswa diluar jam pelajaran dalam suasana kekeluargaan dan dipimpin oleh guru atau konselor.

Dalam penelitian ini menggunakan konseling kelompok teknik pemecahan masalah (*problem solving*) yang merupakan suatu proses kreatif dimana individu atau anggota kelompok menilai perubahan yang ada pada dirinya dan lingkungannya, dan membuat pilihan-pilihan baru, keputusan dan penyesuaian yang selaras dengan tujuan dan nilai hidupnya.

Hal ini sesuai dengan pandangan Islam bahwa memecahkan masalah dalam Islam sangat penting dan hal ini sejalan dengan ajaran dalam Al-Qur'an dan Hadits yang menekankan pentingnya berpikir, mencari solusi, dan bertindak secara bijaksana yang berprinsip sesuai dengan ajaran Islam dalam memecahkan masalah. Hal Ini menunjukkan bahwa setelah melakukan usaha dan mencari solusi yang tepat, kita harus percaya bahwa hasilnya berada di tangan Allah. Salah satu prinsip utama Islam adalah bertawakal kepada Allah SWT setelah berusaha dengan sebaik-baiknya. Dalam Al-Qur'an Surat Al-Imran, Allah berfirman:

وَشَاءُرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَلَدَّا عَرَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ

"Dan bermusyawarahlah dengan mereka dalam segala urusan (penting). Kemudian, apabila engkau telah membulatkan tekad, bertawakallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang bertawakal."³⁸

h. Syarat konselor Dalam Bimbingan Konseling

Seorang konselor yang memimpin suatu kelompok dalam proses konseling sepenuhnya memiliki tanggung jawab terhadap kelompok. Ini berarti konselor harus memiliki kemampuan baik dari segi teoritis maupun

³⁸ Al-Quran, 3:159.

segi praktis dalam melaksanakan tugasnya. Oleh karena itu konselor harus memenuhi sejumlah syarat dalam melaksanakan proses konseling:³⁹

- 1) Memiliki pendidikan akademik Bimbingan dan Konseling
- 2) Memiliki keribadian yang baik
- 3) Memiliki keterampilan berkomunikasi dengan orang lain
- 4) Penggunaan teknik-teknik konseling

Berdasarkan paparan diatas, syarat konselor yang akan menjalankan pelaksanaan layanan Model Konseling Kelompok Teknik *Problem Solving* Menggunakan *Reward* Untuk Meningkatkan Adaptasi Santri Baru Pondok Pesantren Sunan Drajat Di Mts Sunan Drajat Paciran Lamongan yaitu :

- 1) Memiliki pendidikan minimal S1 Bimbingan dan Konseling, memiliki wawasan keilmuan dalam bimbingan dan konseling
- 2) Memiliki kepribadian yang terbuka, *genuine* (ikhlas), tulus, bersungguh-sungguh
- 3) Memiliki keterampilan berkomunikasi baik verbal maupun non verbal
- 4) Menguasai teknik *Problem Solving* dan *Reward*

3. Teknik *problem solving*

a. Pengertian *problem solving*

Ada beberapa teknik yang digunakan dalam proses konseling kelompok, salah satunya adalah teknik *problem solving*. Teknik *problem solving* adalah suatu proses kreatif dimana individu diharapkan mampu menilai perubahan yang ada pada dirinya dan lingkungannya, serta membuat pilihan-pilihan baru, keputusan-keputusan dan penyesuaian yang selaras dengan tujuan dan nilai hidupnya.⁴⁰

³⁹ Winkel, Sri Hastuti, Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan. Yogyakarta: Media abadi. 2004. 601.

⁴⁰ Romlah. Teori dan Praktek Bimbingan dan Konseling Kelompok. Malang: Universitas Negeri Malang.2001. 87.

Problem solving merupakan cara memberikan pengertian dengan menstimulasi anak didik dengan tujuan untuk memperhatikan, menelaah dan berpikir tentang suatu masalah sehingga teridentifikasi, selanjutnya menganalisis masalah tersebut sebagai upaya memecahkan masalah dan akhirnya dapat pelatihan sistematis keterampilan kognitif.⁴¹

Terdapat berbagai pendekatan dan teknik-teknik konseling yang digunakan untuk meningkatkan adaptasi santri baru, namun pemilihan teknik *problem solving* dipandang sebagai metode yang paling tepat dalam meningkatkan adaptasi santri baru. Hal ini sesuai dengan pandangan Islam bahwa memecahkan masalah dalam Islam sangat penting dan hal ini sejalan dengan ajaran dalam Al-Qur'an dan Hadits yang menekankan pentingnya berpikir, mencari solusi, dan bertindak secara bijaksana yang berprinsip sesuai dengan ajaran Islam dalam memecahkan masalah. Hal ini menunjukkan bahwa setelah melakukan usaha dan mencari solusi yang tepat, kita harus percaya bahwa hasilnya berada di tangan Allah. Salah satu prinsip utama Islam adalah bertawakal kepada Allah SWT setelah berusaha dengan sebaik-baiknya. Dalam Al-Qur'an Surat Al-Imran, Allah berfirman:

وَشَاءُرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَلَدَّا عَرَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ

"Dan bermusyawarahlah dengan mereka dalam segala urusan (penting). Kemudian, apabila engkau telah membulatkan tekad, bertawakallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang bertawakal."⁴²

Dalam pendekatan Islam, pemecahan masalah merupakan bagian penting dalam proses pengambilan keputusan yang bertanggung jawab dan berpijak pada nilai-nilai spiritual. Pemilihan teknik problem solving dalam konseling kelompok selaras dengan ajaran Islam, sebagaimana ditunjukkan dalam sabda Nabi Muhammad SAW:

⁴¹ Majid, A. Strategi Pembelajaran. Bandung: Rosda Karya. 2011.

⁴² Q.S Al Imron, 3:159.

حَدَّثَنَا عَمْرُو بْنُ عَلَيٍّ قَالَ: حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ سَعِيدِ الْقَطَانُ قَالَ: حَدَّثَنَا الْمُغَиْرَةُ بْنُ أَبِي فَرَّةَ السَّدُوسِيُّ، قَالَ: سَمِعْتُ أَنَّسَ بْنَ مَالِكٍ، يَقُولُ: قَالَ رَجُلٌ: يَا رَسُولَ اللَّهِ أَعْفُهُمَا وَأَنْوَكُلُّ، أَوْ أَطْلُفُهُمَا وَأَنْوَكُلُّ؟ قَالَ: »أَعْفُهُمَا وَأَنْوَكُلُّ« (سنن الترمذی: ح 2517) ⁴³

Dari Anas RA, ia berkata: Seorang laki-laki berkata: "Wahai Rasulullah, apakah aku lepaskan untuk lalu aku bertawakal (kepada Allah)? Rasulullah ﷺ menjawab:"Ikatlah terlebih dahulu, lalu bertawakkallah!"Ikatlah terlebih dahulu, lalu bertawakkallah!" (HR. At-Tirmidzi, No. 2517)

Hadist ini mengandung pelajaran bahwa tindakan ikhtiar yang logis dan terencana merupakan bagian integral dari iman. Dalam konteks adaptasi santri baru, pendekatan *problem solving* bukan hanya mencerminkan keterampilan berpikir kritis, tetapi juga menginternalisasi nilai religius berupa tawakal kepada Allah setelah usaha maksimal dilakukan.

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa *problem solving* adalah teknik dalam konseling kelompok yang mendorong anggota kelompok untuk memahami masalah dan memecahkan masalah, dimana individu menilai perubahan yang ada pada dirinya dan lingkungannya serta membuat pilihan-pilihan baru, keputusan dan penyesuaian yang selaras dengan tujuan dan nilai hidupnya yang meliputi kemampuan untuk mencari informasi, menganalisa situasi dan mengidentifikasi masalah yang telah terjadi. Dalam pelaksanaan konseling kelompok teknik *problem solving* ini konselor membantu konseli mengatasi masalah dengan cara memberikan bantuan yang bersifat "tidak mengarahkan, *nondirective*". Tidak mengisi pikiran konseli dengan pertimbangan-pertimbangan baru, tetapi hanya mempermudah refleksi diri dalam suasana komunikasi yang penuh dengan pengertian dan kehangatan. Penggunaan metode non direktif dalam pelaksanaan konseling kelompok teknik *problem solving* ini menuntut konselor memiliki kemampuan tinggi untuk menangkap penghayatan

⁴³ Abi 'Isa Muhammad bin 'Isa Saurah al-Matauf, *Sunan Turmudzi*, Jilid 4, (Beirut: Dar el- Fikr, 2003), Hal 668

perasaan dalam pernyataan-pernyataan konseli dan memantulkan kembali kepada konseli dalam bahasa atau tindakan yang sesuai.⁴⁴

b. Langkah-langkah *Problem solving*

Dalam pelaksanaan Konseling Kelompok Teknik *Problem Solving* Menggunakan *Reward* , agar berjalan lebih efektif ada beberapa langkah yang harus dilakukan antara lain :⁴⁵

- 1) Mengidentifikasi dan merumuskan masalah

Dalam poin ini, masalah sebaiknya dirumuskan secara jelas karena kelompok yang mempunyai masalah, lokasinya, waktu, dan perubahan yang diinginkan dengan jelas sehingga mempermudah pemecahannya. Apabila masalah merupakan masalah kelompok, rumusan masalah dapat dilakukan bersama-sama.

- 2) Mencari sumber dan memperkirakan sebab-sebab masalah

Setelah merumuskan masalah dengan jelas langkah selanjutnya adalah mengidentifikasi sebab-sebab masalah. Untuk menentukan luasnya masalah, harus mengumpulkan data yang berhubungan dengan masalah tersebut. Data yang terkumpul kemudian dipilah-pilahkan, mana yang menjadi pendorong pemecahan masalah dan menghambat pemecahan masalah. Data yang mendorong pemecahan masalah diidentifikasi mana yang membantu, demikian juga hal-hal yang menghambat diidentifikasi mana yang paling menghambat pemecahan masalah

- 3) Mencari alternatif pemecahan masalah

Setelah sumber masalah dan sebab masalah sudah ditemukan, data yang dapat mendorong mendorong pemecahan masalah sudah terkumpul, langkah selanjutnya adalah menentukan beberapa alternative pemecahan masalah. Masing-masing anggota diberi kesempatan untuk

⁴⁴ Amin, Samsul Munir. Bimbingan dan Konseling Islam. Jakarta: Sinar Grafika Offset.2015.77

⁴⁵ Ibid

mengemukakan pendapatnya. Dari pendapat yang bermacam-macam itu dibuat dua atau tiga alternatif pemecahan masalah.

- 4) Menguji kekuatan-kekuatan dan kelebihan-kelebihan masing-masing alternatif

Mengambil alternatif-alternatif yang tepat adalah mengambil keputusan mana dari alternatif-alternatif tersebut yang dipilih kelompok. Pemilihan alternatif itu dibuat dengan cara menguji keuntungan dan kelebihan-kelebihan masing-masing alternatif.

- 5) Memilih dan melaksanakan alternatif yang paling menguntungkan

Setelah alternatif dipandang tepat, yaitu alternatif yang dipandang sedikit mempunyai kelebihan dipilih, pilihan tersebut kemudian dilaksanakan.

- 6) Mengadakan penilaian terhadap hasil yang dicapai

Penilaian dilakukan dengan melihat apakah ada kesenjangan antara masalah yang dirumuskan dengan pelaksanaan pemecahan masalahnya atau tidak. Apabila masih ada kesenjangan, maka masalahnya ditinjau ulang dengan langkah-langkah yang sama.

c. Keunggulan dan Kelemahan *Problem Solving*

Adapun keunggulan dan kelemahan problem solving menurut Wina sanjaya, diantaranya sebagai berikut:⁴⁶

- 1) Keunggulan *problem solving*

- a) *Problem solving* merupakan teknik yang cukup bagus untuk lebih memahami masalah yang dihadapi konseli.
- b) *Problem solving* dapat menantang kemampuan konseli serta memberikan kepuasan untuk menemukan pengetahuan baru bagi konseli.
- c) *Problem solving* dapat meningkatkan aktivitas pembelajaran konseli.

⁴⁶ Wina Sanjaya. Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Pendidikan. Jakarta: Kencana Prenada Media Group. 2010, 220.

- d) *Problem solving* dapat membantu konseli untuk mentransfer pengetahuan mereka untuk memahami masalah dalam kehidupan nyata.
- e) *Problem solving* dapat membantu konseli untuk mengembangkan pengetahuan barunya dan bertanggungjawab dalam pembelajaran yang mereka lakukan, disamping itu *problem solving* juga dapat mendorong untuk melakukan evaluasi sendiri baik terhadap hasil maupun proses belajarnya.
- f) Melalui *problem solving* bisa memperlihatkan kepada konseli cara berpikir, dan sesuatu yang harus dimengerti oleh konseli.
- g) *Problem solving* dianggap lebih menyenangkan dan disukai konseli.
- h) *Problem solving* dapat mengembangkan kemampuan konseli untuk berpikir kritis dan mengembangkan kemampuan mereka untuk menyesuaikan dengan pengetahuan baru.
- i) *Problem solving* dapat memberikan kesempatan pada konseli untuk mengaplikasikan pengetahuan yang mereka miliki dalam dunia nyata.
- j) *Problem solving* dapat mengembangkan minat konseli untuk secara terus menerus belajar dalam kehidupannya.

2) Kelemahan *problem solving*

- a) Jika konseli tidak memiliki minat atau tidak mempunyai kepercayaan bahwa masalah yang dipelajari sulit untuk dipecahkan, maka mereka akan merasa enggan untuk mencoba.
- b) Keberhasilan teknik *problem solving* membutuhkan cukup waktu untuk persiapan.
- c) Tanpa pemahaman mengapa mereka berusaha untuk memecahkan masalah yang sedang dipelajari, maka mereka tidak akan belajar apa yang mereka ingin pelajari.

d. Model Teknik *Problem Solving*

pada penelitian ini digunakan model pemecahan masalah yang dikembangkan oleh Bransford dan Stein, yakni model IDEAL. Model ini mengklasifikasikan tahapan pemecahan masalah menjadi lima tahap sesuai akronim dari IDEAL, yaitu :⁴⁷

- 1) *Identification* untuk menganalisis penyebab masalah dan meningkatkan fleksibilitas dalam menghadapi situasi.
- 2) *Definition* berfokus pada pendefinisian kendala dan penetapan tujuan.
- 3) *exploration* adalah untuk menemukan solusi dalam mempertimbangkan resiko.
- 4) *Act* merupakan pelaksanaan solusi yang direncanakan dalam pengambilan tindakan.
- 5) *learn and look back* yaitu evaluasi tindakan sebagai pembelajaran untuk pengembangan strategi yang lebih efektif.

4. Reward

a. Pengertian *Reward*

Teori awal istilah *reward* dan *punishment* merupakan satu rangkaian yang dihubungkan dengan pembahasan *Reinforcement* yang diperkenalkan oleh Thorndike dalam observasinya tentang *trial-and error* sebagai landasan utama *Reinforcement* (dorongan, dukungan). Dengan adanya *Reinforcement* tingkah laku atau perbuatan individu semakin menguat, sebaliknya dengan absennya *Reinforcement* tingkah laku tersebut semakin melemah.⁴⁸ *reward* atau penghargaan merupakan sesuatu yang diberikan kepada seseorang karena sudah mendapatkan prestasi dengan yang dikehendaki, yakni mengikuti peraturan yang sudah ditentukan.⁴⁹

⁴⁷ Maheswari, S. R., & Chusniyah, T. Pengaruh Pelatihan Problem Solving untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Remaja. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 15(2), (2024). 95-106.

⁴⁸ Wasty Sumanto, Psikologi Pendidikan; Landasan Kerja Pemimpin Pendidikan (Jakarta: PT Rineka Cipta, 1990) hal. 117

⁴⁹ Suharsimi Arikunto, *Teknik Belajar yang Efektif* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 1990) hal. 182.

Penerapan *reward* sejalan dengan teori belajar *operant conditioning* yang dikemukakan oleh B.F. Skinner. Menurut teori ini, perilaku manusia dapat dibentuk melalui pemberian penguatan (*reinforcement*). Penguatan positif, seperti pemberian hadiah atau puji-pujian, dapat meningkatkan kemungkinan seseorang untuk mengulangi perilaku yang sama di masa depan. Dalam konteks pendidikan, teori ini memberikan dasar yang kuat bagi penerapan *reward* sebagai metode untuk siswa yang dalam hal ini adalah santri dalam menghadapi permasalahan adaptasi.⁵⁰

Reward diarahkan pada sebuah penghargaan terhadap konseli yang dapat meraih prestasi sehingga *reward* tersebut bisa memberikan motivasi untuk lebih baik lagi. Menurut Suharsimi Arikunto ada beberapa hal yang harus diperhatikan dalam memberikan penghargaan, yaitu:

- 1) Penghargaan hendaknya disesuaikan dengan keadaan dan sifat dari aspek yang menunjukkan keistimewaan prestasi.
- 2) Penghargaan harus diberikan langsung sesudah perilaku yang dikehendaki dilaksanakan.
- 3) Penghargaan harus diberikan sesuai dengan kondisi orang yang menerimanya
- 4) Penghargaan yang harus diterima anak hendaknya diberikan.
- 5) Penghargaan harus benar-benar berhubungan dengan prestasi yang dicapai.
- 6) Penghargaan harus diganti (bervariasi).
- 7) Penghargaan hendaknya mudah dicapai.
- 8) Penghargaan harus bersifat pribadi.
- 9) Penghargaan sosial harus segera diberikan.
- 10) Jangan memberikan penghargaan sebelum siswa berbuat.

Pada waktu menyerahkan penghargaan hendaknya disertai penjelasan rinci tentang alasan dan sebab mengapa yang bersangkutan menerima penghargaan tersebut.

⁵⁰ Nur, N. Penerapan Reward and Punishment dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa di MI DDI Ar Rahim. EduSpirit: Jurnal Pendidikan Kolaboratif, 1(1), (2024), 574-579.

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa *reward* adalah sebuah penghargaan atau hadiah yang diberikan kepada individu sebagai bentuk motivasi positif setelah individu berhasil meraih prestasi ataupun pencapaian tugas-tugas tertentu.

b. Fungsi Reward

Reward atau penghargaan memiliki tiga fungsi penting dalam mengajari anak berperilaku yang disetujui secara sosial, yaitu :⁵¹

- 1) Memiliki nilai pendidikan.
- 2) Pemberian *reward* menjadi motivasi bagi anak untuk mengulangi perilaku yang diterima oleh lingkungan atau masyarakat. Melalui *reward*, anak justru akan lebih termotivasi untuk mengulangi perilaku yang memang diharapkan oleh masyarakat.
- 3) Memperkuat perilaku yang disetujui secara sosial dan tiadanya penghargaan melemahkan keinginan untuk mengulangi perilaku tersebut.

Menurut Bandura terdapat dua fungsi *reward* yaitu pertama sebagai insentif agar mau mengerjakan tugas yang bertujuan mengontrol perilaku siswa, kedua mengandung informasi tentang penguasaan keahlian.⁵²

Berdasarkan beberapa pendapat diatas tentang fungsi *reward*, maka dapat disimpulkan bahwa, *reward* berfungsi memberikan nilai pendidikan, menjadikan konseli agar mau mengulangi perbuatan yang disetujui lingkungan, memperkuat perbuatan yang disetujui lingkungan, sebagai cara agar konseli mau mengerjakan tugas yang bertujuan mengontrol perilaku konseli, mengandung informasi tentang penguasaan keahlian dan untuk memperbaiki atau mempertinggi prestasi yang telah dicapainya, serta agar konseli menjadi lebih keras kemauannya untuk menjadi pribadi yang lebih

⁵¹ Oemar Hamalik. Psikologi Belajar dan Mengajar. Jakarta; PT Bumi Aksara. 2001. Hal. 167

⁵² Nur Wariyanti, Skripsi: "Penerapan Konseling *Behavioral* Dengan Teknik *Reward* Dan *Punishment* Dalam Menangani Perilaku Membolos Pada Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Al Azhar Bandar Lampung" (Bandar Lampung: IAIN Raden Intan lampung, 2017), Hal. 44

baik.

c. Macam - macam *Reward*

Adapun macam-macam *reward* menurut Uzer Usman yaitu:⁵³

1) Verbal

Biasanya diungkapkan melalui kata-kata seperti pujian, penghargaan, persetujuan, dan sebagainya.

2) Non verbal

- a) Gerak isyarat, misal anggukan kepala, senyuman, kerut kening, acungan jempol, dan sebagainya
- b) Melalui pendekatan, guru mendekati siswa untuk menyatakan perhatian dan kesenangan terhadap pelajaran, tingkah laku, atau penampilan siswa.
- c) Sentuhan (*contact*), guru dapat menyatakan persetujuan dan penghargaan terhadap hasil kerja siswa dan penampilan siswa dengan cara menepuk-nepuk bahu atau pundak siswa, berjabat tangan mengangkat tangan siswa yang menang dalam pertandingan.
- d) Kegiatan menyenangkan, guru dapat menggunakan kegiatan yang menyenangkan atau tugas-tugas yang disenangi siswa.
- e) Simbol atau benda, dengan cara menggunakan simbol berupa benda bergambar, bintang atau komentar tertulis di buku siswa.

Sedangkan menurut Ngelim Purwanto ada beberapa macam-macam *Reward* yaitu:⁵⁴

- 1) Guru mengangguk-angguk sebagai tanda senang atau membenarkan suatu jawaban yang diberikan oleh siswa.
- 2) Guru memberi kata-kata yang menggembirakan (pujian) seperti

⁵³ Ibid, 45.

⁵⁴ Ngelim Purwanto. Ilmu Pendidikan Teoritis dan Praktis. Bandung. Ramadja Karya. 1985.hal 183.

“Tulisanmu sudah bagus nak.”

- 3) Pekerjaan juga dapat menjadi suatu *reward*. Misalnya guru memberikan tambahan soal karena siswa telah menyelesaikan tugasnya dengan baik.
- 4) *Reward* yang ditujukan kepada seluruh kelas (bukan individu) *Reward* ini dapat berupa bernyanyi bersama.
- 5) *Reward* dapat berupa benda-benda yang disenangi siswa. Misalnya Penghapus, pensil, makanan dan lain-lain.

Dari beberapa penjelasan di atas mengenai macam-macam *reward*, maka dapat disimpulkan bahwa *reward* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *reward verbal* dan *reward non verbal*. Adapun *reward verbal* yaitu berupa pujian kepada konseli atas segala sesuatu perbuatan dan tingkah laku serta keputusan dari sesuatu hal yang dibicarakan saat proses konseling kelompok berlangsung. Sedangkan *reward non verbal* yang digunakan adalah pemberian hadia dan pemberian gerak isyarat, misalnya anggukan kepala, senyuman dan lain-lain.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Kajian pustaka merupakan penelusuran peneliti terhadap berbagai literatur hasil penelitian sebelumnya yang relevan dan memiliki keterkaitan dengan fokus permasalahan yang diteliti. Guna kajian pustaka ini untuk mengetahui letak posisi penelitian yang akan dilaksanakan, sehingga tidak terjadinya pengulangan penelitian yang serupa. Adapun penelitian dahulu yang relevan terhadap penelitian ini antara lain:

Pertama, penelitian ini dilakukan oleh M. Andi Setiawan, penelitian ini berfokus pada pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *problem solving* untuk meningkatkan *self-efficacy* akademik siswa. Fenomena di lapangan berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMA Teuku Umar dan SMA Kesatrin 1 Semarang dan hasil dari beberapa literatur ditemukannya permasalahan terkait *self-efficacy* akademik. Dimana seseorang dengan *self-efficacy* akademik yang rendah maka akan cenderung (a) pasrah dengan hasil akademik yang didapat, (b) apatis dalam kegiatan

akademik, (c) pesimis ketika menghadapi masalah akademik, (d) tidak mampu mengatasi situasi yang terjadi dengan baik(cemas, marah), (e) merasa tidak mampu menempuh kegiatan akademik, (f) tidak mampu memilih apa yang harus dilakukan, (g) memikirkan apa yang dilakukan tidak penting, dan (h) tidak yakin dengan kemampuan yang dimilikinya. Berdasarkan hasil studi lapangan, peneliti menggunakan layanan Konseling kelompok yang merupakan salah satu diantara beberapa jenis layanan bimbingan dan konseling yang dapat diandalkan, dengan konseling kelompok diharapkan individu dapat berkembang sesuai dengan perkembangannya dan masalah yang dihadapi dapat terentaskan yaitu melalui teknik *problem solving*. Persamaan variabel antara penelitian terdahulu dengan penelitian disertasi ini adalah keduanya menggunakan model konseling kelompok dengan teknik *problem solving*. Adapun perbedaan penggunaan *problem solving* pada teknik yang digunakan yaitu dalam disertasi ini menggunakan *reward*, selain itu ada perbedaan pada variabel Y yaitu penelitian terdahulu menggunakan *problem solving* untuk meningkatkan *self-efficacy*, sedangkan dalam penelitian disertasi ini menggunakan *problem solving* untuk meningkatkan adaptasi. Sedangkan metode yang digunakan adalah sama-sama menggunakan pendekatan penelitian dan pengembangan (*reserch and developmen*), akan tetapi ada perbedaan tahapan di dalam pelaksanaan pada kedua penelitian ini, yaitu dalam penelitian disertasi ini menggunakan 7 tahap dalam pelaksanaan metode penelitian yaitu (1) studi pendahuluan, (2) perencanaan, (3) pengembangan model hipotetik, (4) penelaahan model hipotetik, (5) revisi, (6) uji coba terbatas, (7) revisi hasil uji coba. Sedangkan penelitian terdahulu menggunakan 6 tahap dalam pelaksanaan metode penelitian yaitu (1) studi pendahuluan, (2) merumuskan model hipotetik, (3) uji kelayakan model hipotetik, (4) perbaikan model hipotetik, (5) uji coba terbatas (Uji empirik),(6) menyusun model akhir. Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa Model Konseling Kelompok Dengan Teknik *Problem Solving* efektif untuk meningkatkan *self-efficacy* akademik siswa. Hal ini ditunjukkan dengan perubahan tingkat *self efficacy* akademik siswa sebelum diberikan perlakuan

(*pre-test*) dan setelah diberikan perlakuan (*post-test*). Hasil perhitungan dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS 19.00 diperoleh T hitung $< T$ tabel (2,120) maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Kriteria pengujian H_0 diterima jika P value. $<0,05$. Membandingkan probabilitas/signifikan dimana P value (0,782) sehingga H_0 ditolak. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa model konseling kelompok dengan teknik *problem solving* efektif untuk meningkatkan *self-efficacy* akademik siswa.⁵⁵

Kedua, penelitian Aprilianti, penelitian ini berfokus pada Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Problem Solving* Terhadap Penyesuaian Diri Siswa. Berdasarkan fenomena yang terjadi, artikel ini menemukan bahwa beberapa siswa masih berjuang dengan penyesuaian diri yang rendah, yang dapat disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Ketika seseorang memiliki penyesuaian diri yang rendah, mereka khawatir mereka tidak dapat beradaptasi dengan lingkungan baru mereka. Mencari tahu seberapa baik siswa beradaptasi dengan menggunakan layanan yang ditawarkan adalah tujuan utama dari penelitian ini. Dalam penelitian ini memiliki kesamaan pada kedua variabelnya yaitu teknik *problem solving* dan penyesuaian diri. Adapun perbedaan penggunaan *problem solving* pada teknik yang digunakan yaitu dalam disertasi ini menggunakan *reward*, tetapi pada penelitian terdahulu hanya menggunakan teknik *problem solving* dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok. Jika di lihat dari obyek penelitian, terdapat perbedaan diantara penelitian disertasi ini dengan penelitian terdahulu, yaitu obyek penelitian disertasi adalah adaptasi siswa yang menjadi santri di pondok pesantren, sedangkan obyek penelitian terdahulu adalah siswa. Sedangkan metodologi penelitian dalam penelitian terdahulu didasarkan pada eksperimen kuantitatif. Menggunakan desain kelompok kontrol pra- dan pasca-ujicoba. Sebanyak 151 siswa dari kelas X-1 sampai X-5 (kelas "X" di SMA Pasundan 1 Cimahi) ikut serta dalam penelitian ini. Lima belas siswa menjadi sampel penelitian ini. Pada penelitian ini terdiri

⁵⁵ Setiawan, M. A. (2015). Model konseling kelompok dengan teknik problem solving untuk meningkatkan self-efficacy akademik siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(1).

dari dua kelompok yang terpilih sebagai sampel: kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Tujuh mahasiswa berperan sebagai kelompok kontrol, sementara tujuh mahasiswa secara acak ditugaskan ke kelompok eksperimen, sedangkan penelitian disertasi menggunakan pendekatan penelitian dan pengembangan (*reserch and developmen*) pada 10 santri, yang telah terpilih memiliki adaptasi rendah, sedang, tinggi. Sebelum melaksanakan kegiatan konseling kelompok, santri mengisi skala psikologis untuk mengetahui tingkat adaptasi pada kondisi awal. Uji coba dilakukan dengan memberikan layanan konseling kelompok sebanyak 5 kali pertemuan. Setelah 5 kali kegiatan konseling kelompok, santri mengisi skala psikologis untuk mengetahui peningkatan adaptasi santri. Perbandingan kondisi awal dan kondisi akhir akan diketahui efektivitas layanan kegiatan Konseling Kelompok Teknik *Problem Solving* Menggunakan *Reward*. Hasil penelitian dalam temuan penelitian terdahulu mengungkapkan bahwa kelompok eksperimen mencapai skor n-gain rata rata 63,7%, menempatkan mereka dalam kategori sangat efektif, dibandingkan dengan skor rata rata kelompok kontrol 31,2%, menempatkan mereka dalam kategori tidak efektif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok yang menggunakan strategi pemecahan masalah untuk penyesuaian diri siswa adalah efektif.⁵⁶

Ketiga, penelitian Maria sariani nahak yaitu penelitian tentang Hubungan Penyesuaian Diri dengan Ketrampilan *Problem Solving* pada Siswa. Hasil pengamatan peneliti di SMPN 5 Kota Kupang, diketahui bahwa adanya indikasi permasalahan yang berkaitan dengan penyesuaian diri siswa kelas VII. Hal ini terlihat saat jam istirahat terdapat beberapa siswa yang menunjukkan sikap tertentu seperti berbicara atau berinteraksi dengan teman yang dikenal saja, takut bersosialisasi dengan siswa lain, kurang aktif ketika berada dalam kelas, belum mengenal nama teman lain, guru-guru mata pelajaran serta lingkungan sekolahnya dengan baik. Untuk memperkuat informasi awal, wawancara juga dilakukan dengan beberapa siswa kelas VII.

⁵⁶ Aprilianti, C., Rohaeti, E. E., & Siddik, R. R. (2025). Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Problem Solving Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas X. *Fokus: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, 8(1), 44-54.

Informasi yang diperoleh bahwa mereka sampai saat ini belum mengenal dengan baik teman-teman kelas. Interaksi hanya terjadi pada mereka yang berasal dari satu sekolah dasar yang sama sebelumnya. Kondisi ini mengakibatkan mereka tidak mempunyai minat untuk mengikuti kegiatan akademik sekolah dalam bentuk berkelompok. Selain dengan teman, mereka juga diketahui belum mengenal dengan baik guru-guru yang ada di sekolah. Perbedaan terdapat pada kedua penelitian terdahulu yaitu dimana letak posisi variabel x ada pada variabel y dalam penelitian disertasi. sebaliknya, pada penelitian terdahulu letak posisi variabel y ada pada variabel x dalam penelitian disertasi, serta perbedaan penggunaan *problem solving* menggunakan *reward* dalam penelitian disertasi. Penelitian terdahulu ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Penelitian ini melibatkan populasi sebanyak 323 siswa di SMP Negeri 5 Kota Kupang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik proporsional random sampling dan jumlah sampel sebanyak 63 siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen yang mengukur kemampuan adaptasi diri dan pemecahan masalah dengan model skala Likert 4 poin. Data dianalisis menggunakan teknik analisis korelasional dengan bantuan program IBM SPSS versi 25. Hasil temuan penelitian terdahulu menunjukkan bahwa penyesuaian diri dan kemampuan pemecahan masalah pada siswa kelas VII mempunyai hubungan yang signifikan dan positif dimana nilai r hitung $>$ r tabel ($0,465 > 0,248$). Temuan ini menginformasikan bahwa penyesuaian diri siswa merupakan bagian penting dari kemampuan pemecahan masalah siswa dalam menjalankan aktivitas akademik di lingkungan sekolah yang baru.⁵⁷

Keempat, penelitian ini dilakukan oleh Maheswari yang berfokus pada Pengaruh Pelatihan *Problem Solving* untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Remaja. Remaja berada pada fase transisi dari anak-anak menuju dewasa yang mengakibatkan terjadinya banyak perubahan dalam aspek biologis, psikis, dan sosioemosional. Perubahan itu memerlukan proses adaptasi agar

⁵⁷ Nahak, M. S., Upa, M. D., & Apriliana, I. P. A. (2023). Hubungan Penyesuaian Diri dengan Keterampilan Problem Solving pada Siswa Kelas VII SMP. *Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora*, 1(3).

dapat memenuhi berbagai tuntutan, seperti melibatkan diri dalam situasi sosial, melakukan eksplorasi diri, tertarik terhadap lawan jenis, dan memikirkan hal-hal yang berorientasi pada masa depan seperti minat dan karir. Proses penyesuaian ini melibatkan perubahan emosi, kepribadian, serta relasi dengan ciri kondisi emosi yang labil, memiliki perasaan sensitif sehingga remaja mudah tersinggung, memiliki jiwa kompetitif, merasa senang saat bersama teman-teman (bersosialisasi) dan suka meniru teman agar dapat diterima oleh teman ataupun kelompok sebagai salah satu bentuk pencarian jati dirinya. Perubahan psikologis yang terjadi ini menimbulkan tekanan sosial dan berujung pada munculnya ketegangan emosi. Remaja dengan kemampuan regulasi emosi rendah akan cenderung berperilaku agresif yang dapat membahayakan dirinya sendiri maupun orang lain Kondisi ini terjadi karena ketidakmampuan remaja dalam mengontrol emosinya dan cenderung memiliki regulasi emosi yang rendah. Regulasi emosi rendah juga cenderung menimbulkan perilaku perundungan, suka menyalahkan orang lain, mengekspresikan emosinya kepada hal-hal yang negatif, mudah berkelahi, mudah marah, memiliki perasaan dendam, mudah pasrah dan merasa putus asa. Dalam hal ini problem solving merupakan proses pemecahan masalah yang diarahkan untuk menemukan respon coping untuk mengurangi kecemasan dan stres seperti melakukan berbagai macam aktivitas relaksasi. Metode IDEAL adalah metode problem solving diharapkan mampu untuk meningkatkan kemampuan berpikir kritis. Jika di amati dari kedua penelitian ini memiliki perbedaan variabel pada variabel y yaitu dalam penelitian terdahulu penggunaan teknik *problem solving* diberikan untuk meningkatkan regulasi diri, sedangkan di dalam penelitian disertasi penggunaan teknik *problem solving* digunakan untuk meningkatkan adaptasi. Dalam disertasi juga dan *reward* dalam teknik *problem solving*. Penggunaan metode dalam Teknik *problem solving* dalam kedua penelitian ini sama yaitu, menggunakan metode IDEAL yang terdiri dari *identification, definition, exploration, act*, dan *learn and look back*. Komponen *identification* untuk menganalisis penyebab masalah dan meningkatkan fleksibilitas dalam menghadapi situasi,

Definition berfokus pada pendefinisian kendala dan penetapan tujuan, *exploration* adalah untuk menemukan solusi dalam mempertimbangkan resiko. *Act* merupakan pelaksanaan solusi yang direncanakan dalam pengambilan tindakan. Terakhir adalah *learn and look back* yaitu evaluasi tindakan sebagai pembelajaran untuk pengembangan strategi yang lebih efektif. sedangkan penelitian disertasi ini menggunakan pendekatan penelitian dan pengembangan (*reserch and developmen*) pada 10 santri, yang telah terpilih memiliki adaptasi rendah, sedang, tinggi. Sebelum melaksanakan kegiatan konseling kelompok, santri mengisi skala psikologis untuk mengetahui tingkat adaptasi pada kondisi awal. Uji coba dilakukan dengan memberikan layanan konseling kelompok sebanyak 5 kali pertemuan. Setelah 5 kali kegiatan konseling kelompok, santri mengisi skala psikologis untuk mengetahui peningkatan adaptasi santri. Perbandingan kondisi awal dan kondisi akhir akan diketahui efektivitas layanan kegiatan KKonseling Kelompok Teknik *Problem Solving* Menggunakan *Reward*. Hasil penelitian terdahulu menunjukkan hasil penelitian dapat dikatakan bahwa metode pelatihan *problem solving* memiliki pengaruh yang signifikan untuk meningkatkan regulasi emosi dibandingkan dengan yang tidak diberikan intervensi. Dalam tabel juga dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat perbedaan selisih kenaikan rata-rata antara *pretest* ke *posttest*, Di mana selisih kenaikan rata-rata kelompok eksperimen yang menggunakan metode *problem solving* untuk meningkatkan regulasi emosi lebih besar dengan nilai 6,688 dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya meningkat sebesar 2,000.⁵⁸

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Ade Irma Nurfadilah yaitu penelitian tentang Pengaruh Pemberian *Reward* Pada Metode Pembelajaran *Problem Solving* Terhadap Hasil Belajar Siswa dalam Pembelajaran Matematika. Berdasarkan data wawancara diketahui bahwa minat siswa terhadap matematika sulit. Sehingga metode pembelajaran berbasis masalah

⁵⁸ Maheswari, S. R., & Chusniyah, T. (2024). Pengaruh Pelatihan *Problem Solving* untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Remaja. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 15(2), 95-106.

dalam pembelajaran matematika dengan menggunakan *reward* di harapkan mampu untuk mengurangi permasalahan terhadap mata pelajaran matematika. Dalam penelitian terdahulu menunjukkan adanya persamaan pada variabel yaitu dimana *reward* digunakan dalam pelaksanaan teknik *Problem Solving*, akan tetapi berbeda pada langkah-langkah metode *problem solving* yaitu, dalam penelitian terdahulu langkah-langkah yang dilakukan adalah *engagement* (pengelompokan), *exploration* (pemberian masalah), *transformation* (diskusi kolaboratif), *solution* (pengecekan hasil diskusi kelompok), *presentation* (prestasi hasil diskusi kelompok), *reflection* (umpam balik dan penilaian). Sedangkan dalam penelitian disertasi menggunakan langkah-langkah metode IDEAL dalam pelaksanaan teknik *problem solving*. jika dilihat dari metode pendekatan, penelitian terdahulu ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif metode eksperimen dengan desain penelitian *pre-experimental design (nondesign)*, sedangkan penelitian disertasi ini menggunakan pendekatan penelitian dan pengembangan (*reserch and developmen*) pada 10 santri, yang telah terpilih memiliki adaptasi rendah, sedang, tinggi. Sebelum melaksanakan kegiatan konseling kelompok, santri mengisi skala psikologis untuk mengetahui tingkat adaptasi pada kondisi awal. Uji coba dilakukan dengan memberikan layanan konseling kelompok sebanyak 5 kali pertemuan. Setelah 5 kali kegiatan konseling kelompok, santri mengisi skala psikologis untuk mengetahui peningkatan adaptasi santri. Perbandingan kondisi awal dan kondisi akhir akan diketahui efektivitas layanan kegiatan Konseling Kelompok Teknik *Problem Solving* Menggunakan *Reward*. Hasil penelitian dalam temuan penelitian terdahulu menunjukkan bahwa nilai signifikan 0,000 yang berarti $< 0,05$ yang berarti pemberian *reward* pada metode pembelajaran *problem solving* berpengaruh terhadap hasil belajar siswa dalam pembelajaran matematika.⁵⁹

Keenam, penelitian Ela Kasrina yaitu berfokus pada optimalisasi metode *Reward* dan *Punishment* dalam meningkatkan motivasi belajar siswa.

⁵⁹ Nurfadilah, N. (2022). *Pengaruh Pemberian Reward Pada Metode Pembelajaran Problem Solving Terhadap Hasil Belajar Kognitif Siswa Dalam Pembelajaran Matematika Sd* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).

Penelitian dengan menggunakan metode *Reward* dan *Punishment* pada siswa kelas VIII di SMPN Satap 5 Palakka terlihat dapat meningkatkan motivasi belajar siswa. Hal ini terlihat dengan adanya peningkatan motivasi belajar siswa dari setiap siklus yang diperoleh dari data hasil wawancara, observasi, dan tes yang dilakukan oleh peneliti di dalam kelas. Metode ini sudah terbukti mampu menjadi solusi yang tepat untuk meningkatkan motivasi siswa dalam belajar. Hal ini didasarkan pada kelebihan-kelebihan yang ada, seperti siswa lebih antusias dalam mengikuti pembelajaran, siswa memiliki rasa ingin tahu yang lebih, siswa mampu mengeluarkan pendapat dengan menjawab pertanyaan dari guru hingga siswa mampu mencapai tujuan pembelajaran yang sudah ditarget. Dalam kedua penelitian ini, terdapat persamaan pada variabel x yaitu *reward* yang digunakan untuk meningkatkan variabel y, akan tetapi terdapat perbedaan dimana penelitian disertasi menggunakan *problem solving*, sedangkan penelitian terdahulu tidak menggunakan *problem solving* dan di variabel y terdapat perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian disertasi, yaitu penelitian terdahulu bertujuan untuk meningkatkan motivasi belajar, sedangkan penelitian disertasi bertujuan untuk meningkatkan adaptasi. Pendekatan penelitian pada penelitian terdahulu menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis Penelitian Tindakan Kelas. Data diperoleh melalui teknik observasi, wawancara dan tes dari subyek penelitian sebanyak 15 siswa di SMPN 5 Palakka. Teknik analisa data menggunakan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. sedangkan penelitian disertasi ini menggunakan pendekatan penelitian dan pengembangan (*reserch and developmen*) pada 10 santri, yang telah terpilih memiliki adaptasi rendah, sedang, tinggi. Sebelum melaksanakan kegiatan konseling kelompok, santri mengisi skala psikologis untuk mengetahui tingkat adaptasi pada kondisi awal. Uji coba dilakukan dengan memberikan layanan konseling kelompok sebanyak 5 kali pertemuan. Setelah 5 kali kegiatan konseling kelompok, santri mengisi skala psikologis untuk mengetahui peningkatan adaptasi santri. Perbandingan kondisi awal dan kondisi akhir akan diketahui efektivitas layanan kegiatan konseling

kelompok teknik *problem solving* dan *reward*. Hasil penelitian penelitian terdahulu menunjukkan bahwa ada peningkatan motivasi belajar melalui optimalisasi metode *reward* dan *punishment*. Ada dua indikasi terkait peningkatan motivasi, yakni ketekunan belajar siswa dan minat siswa dalam mengikuti pembelajaran. Kedua hal tersebut bisa meningkat karena bentuk *reward* yang diberikan oleh guru pada siswa yang mampu mencapai target pembelajaran hingga *reward* nilai yang diakumulasi hingga nilai akhir dalam rapor. Selain itu, bentuk *punishment* yang diberikan juga mampu meningkatkan motivasi mereka. Bentuk *reward* dan *punishment* ini terbukti efektif, terlihat pada adanya peningkatan motivasi siswa sebesar 35% di siklus I dan 70% di siklus II.⁶⁰

Ketujuh, penelitian yang dilakukan oleh Nasution yang berjudul Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Problem Solving* Untuk Pengendalian Emosi Negatif Remaja Pelaku Bullying di SMP N 2 Sei Bamban. Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok teknik problem solving untuk mengendalikan emosi negatif remaja pelaku bullying. Di dalam penelitian terdahulu dan penelitian disertasi terdapat persamaan variabel yaitu menggunakan konseling kelompok teknik *problem solving*, akan tetapi penggunaan *reward* tidak diberikan dalam penelitian terdahulu. Adapun variabel yang juga memiliki perbedaan yaitu pada penelitian terdahulu pelaksanaan konseling bertujuan untuk pengendalian emosi negatif, sedangkan dipenelitian disertasi untuk meningkatkan adaptasi. Jenis penelitian pada penelitian terdahulu adalah eksperimen kuantitatif dengan menggunakan desain quasi experimental. Berdasarkan data skor total baik Pre-test maupun Post-test dimana skor Pre-test setelah dilakukannya perlakuan sebanyak 4 kali yaitu berupa layanan Konseling Kelompok dengan teknik *Problem Solving*, sedangkan penelitian disertasi ini menggunakan pendekatan penelitian dan pengembangan (*research and development*) pada 10 santri, yang telah terpilih memiliki adaptasi rendah, sedang, tinggi. Sebelum

⁶⁰ Kasrina, E. (2023). Metode reward dan punishment: solusi tepat dalam meningkatkan motivasi belajar siswa. *Edudeena: Journal of Islamic Religious Education*, 7(1), 97-109.

melaksanakan kegiatan konseling kelompok, santri mengisi skala psikologis untuk mengetahui tingkat adaptasi pada kondisi awal. Uji coba dilakukan dengan memberikan layanan konseling kelompok sebanyak 5 kali pertemuan. Setelah 5 kali kegiatan konseling kelompok, santri mengisi skala psikologis untuk mengetahui peningkatan adaptasi santri. Perbandingan kondisi awal dan kondisi akhir akan diketahui efektivitas layanan kegiatan konseling kelompok teknik *problem solving* dan *reward*. Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa hasil nilai Post-test pada pertemuan terakhir mendapatkan skor sebesar 749 dimana peningkatan terjadi sebesar 44,32%. Pada rata-rata pada nilai Pre-test di pertemuan pertama sebesar 64,87 dan pada hasil Post-Test di akhir pertemuan mendapatkan skor sebesar 93,62 dan dapat diketahui bahwa adanya peningkatan sebesar 44,32% dan dapat diartikan bahwa pengaruh layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Problem Solving sangat efektif untuk mengubah emosi negatif subyek. Maka dengan begitu dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Problem Solving terhadap Emosi negatif siswa SMP Negeri 2 Sei Bamban.⁶¹

C. Kerangka Berpikir

Berdasarkan paparan diatas yang dijelaskan bahwa kemampuan adaptasi santri terhadap lingkungan barunya merupakan hal yang sangat penting bagi perkembangan diri, sosial dan belajarnya. Jika santri kurang mampu beradaptasi di lingkungan barunya maka akan terlihat beberapa tanda atau gejala baik fisik maupun psikis. Diantara gejala fisik dan psikis yaitu sering terlihat mengantuk di kelas, sering merasa sakit, kurang semangat belajar, menyendiri, tidak percaya diri, cemas, sering melamun, suka berbuat onar di kelas dan lain-lain. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung pada latarbelakang permasalahan yang dialami santri sebagai anak didik.

⁶¹ Nasution, N. B., & Marito, D. (2024). Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Problem Solving Untuk Pengendalian Emosi Negatif Remaja Pelaku Bullying di SMP N 2 Sei Bamban. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 4(2), 850-856.

Beberapa faktor yang mempengaruhi santri dalam proses dan hasil belajar serta interaksi dengan lingkungan diantaranya yaitu santri kurang mampu dalam beradaptasi. Hal ini disebabkan karena beberapa alasan, Salah satu penyebab utamanya adalah shock budaya (*culture shock*) yang diakibatkan oleh perbedaan drastis antara kehidupan di rumah dan kehidupan di pesantren, seperti aturan yang ketat, rutinitas ibadah yang padat, serta kegiatan yang ada di pesantren dan di sekolah. Selain itu, kerinduan terhadap keluarga (*homesick*), terutama bagi santri baru pertama kali tinggal di pesantren, menjadi hambatan emosional yang sering mengganggu kestabilan psikologis. Faktor lain yang tidak kalah penting adalah kurangnya keterampilan sosial, yang menyebabkan santri kesulitan menjalin hubungan dengan teman sebaya maupun dengan pengasuh pondok.

Berdasarkan pandangan tentang hakikat manusia dan perilakunya itu, adaptasi bertujuan untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungan barunya. Adaptasi dapat ditingkatkan dengan cara mengubah perilaku negatif kearah yang lebih positif, karena pada dasarnya seseorang memiliki kekuatan dan keterampilan yang dapat dikembangkan untuk menyeleksi faktor-faktor lingkungan yang kurang baik dan memiliki kekuatan untuk memilih perilaku yang dapat menimbulkan rasa senang dan menjauahkan perilaku yang menimbulkan perasaan tidak senang, melalui Konseling Kelompok Teknik *Problem Solving* dan *Reward*.

Peningkatan *adaptasi* dengan teknik *problem solving* dan *reward* ini dipandang efektif dilakukan melalui kegiatan layanan konseling kelompok yang mempunyai kekuatan untuk meningkatkan rasa percaya diri, keberanian, kepedulian, dan kemampuan sosial lainnya. Layanan konseling kelompok dapat digunakan untuk mengubah dan mengembangkan sikap yang tidak efektif menjadi lebih efektif yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif. Pelayanan konseling sebagai bagian integral dari penyelenggaraan sistem pendidikan di sekolah mempunyai beberapa alternatif layanan yang dapat digunakan untuk meningkatkan adaptasi siswa, salah satunya adalah layanan konseling kelompok yang dapat dijadikan pilihan

sebagai media yang cocok untuk menjadi wahana penanaman nilai-nilai positif bagi anggota kelompok (siswa). Tidak hanya dengan pendekatan personal namun dengan pendekatan kelompok, layanan konseling kelompok akan lebih optimal karena siswa tidak akan merasa terhakimi oleh keadaan dirinya sendiri. Mereka juga akan merasa mendapat bimbingan dan informasi yang positif tentang adaptasi, karena selain terdapat kegiatan penyampaian informasi, bila dilihat dari fungsi dan tujuan konseling kelompok dapat menjadi upaya tidak langsung untuk mengubah sikap dan perilaku melalui penyajian informasi dengan materi yang sesuai (topik tugas) untuk meningkatkan fungsi kognitif individu peserta konseling kelompok.

Kegiatan konseling kelompok yang syarat dengan unsur psikopedagogis mengkondisikan anggota kelompok agar dapat lebih menghargai pendapat orang lain, dan lebih berani mengungkapkan pendapatnya secara bertanggung jawab. Selain itu tujuan konseling kelompok adalah pengembangan diri masing-masing individu anggota kelompok dalam memahami diri, mengarahkan diri dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sehingga nantinya dapat menyusun rencana dan membuat keputusan yang benar dan tepat serta menyelesaikan permasalahan yang dialami oleh anggota kelompok.

Digunakan konseling kelompok sebagai layanan dianggap tepat karena melalui konseling kelompok anggota kelompok bisa berinteraksi dan memenuhi kebutuhan psikologis, seperti kebutuhan menyesuaikan diri dengan teman sebaya dan diterima oleh mereka, bertukar pikiran dan berbagai perasaan, kebutuhan menemukan nilai hidup sebagai pegangan, dan kebutuhan menjadi lebih independen serta mandiri. Melalui suasana konseling kelompok, konseli lebih mudah membicarakan persoalan mendesak yang mereka hadapi dari pada konseling individu, lebih rela menerima sumbangan pikiran dr anggota kelompok dan konselor, lebih bersedia membuka isi hati karena melihat anggota kelompok yang lebih terbuka dan jujur, mampu mengontrol tingkah laku agar terbina hubungan sosial yang lebih baik, lebih semangat dan bahagia karena menghayati suasana kebersamaan dan persatuang antara anggota kelompok.

Selain itu Dalam proses pelaksanaannya, konseling kelompok bersifat pencegahan dan perbaikan. Konseling kelompok bersifat pencegahan memiliki pengertian bahwa usaha untuk menghindari segala sesuatu yang tidak baik atau menjauhkan diri dari larangan Allah, yang diharapkan mampu membantu konseli dalam mengantisipasi berbagai kemungkinan timbulnya masalah dan berupaya untuk mencegah tidak mengalami masalah dalam kehidupannya. Hal ini sesuai dengan ayat Al Qur'an dari Q.S. Al-Ankabut, 29:45

اُنْلَىٰ مَا اُوْحِيَ لَكُمْ مِّنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ
يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴿٤٥﴾

“ Bacalah (Nabi Muhammad) Kitab (Al-Qur'an) yang telah diwahyukan kepadamu dan tegakkanlah salat. Sesungguhnya salat itu mencegah dari (perbuatan) keji dan mungkar. Sungguh, mengingat Allah (salat) itu lebih besar (keutamaannya daripada ibadah yang lain). Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan.”⁶²

Surat Al-Ankabut ayat 45 menunjukkan bahwa ayat ini sebagai contoh agar dapat dimengerti bahwa sesuatu yang dilarang oleh Allah, merupakan pencegahan agar kita tidak melakukannya.⁶³

Sedangkan konseling kelompok bersifat perbaikan dalam pengertian membantu mengatasi perbuatan yang sudah terlanjur terjerumus kedalam kemaksiatan dan usaha dalam memperbaiki. Serta membantu konseli yang bermasalah agar dapat memperbaiki kekeliruan berfikir, berperasaan, berkehendak dan bertindak. Konselor memberikan perlakuan agar memiliki pola fikir yang rasional dan miliki perasaan tepat sehingga konseli berkehendak merencanakan Tindakan yang produktif dan normative. Hal ini sesuai dengan Q.S Yusuf 12:87

يَا بَنَيَّ ادْهَبُوهُ فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَئَاسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَئِاسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْفَوْمُ
الْكَافِرُونَ (٨٧)

⁶² Q.S Al-Ankabut/ 29:45

⁶³ Tarmizi. 2018. Bimbingan Konseling Islam. Medan: Perdana Publishing.49

“Wahai anak-anakku! Pergilah kamu, carilah (berita) tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya yang berputus asa dari rahmat Allah hanyalah orang-orang yang yang kafir.”⁶⁴

Dalam hal ini fungsi perbaikan dapat dicontohkan dalam upaya seseorang agar tidak berputus asa dengan segala upayanya. Harus bisa mengembangkan sikap optimis dalam menghadapi masalah.⁶⁵

Pemilihan materi dalam kegiatan konseling kelompok juga terdapat kriteria tertentu, salah satunya adalah disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing anggota dan juga materi itu benar-benar penting untuk dibahas. Selanjutnya prosedur pelaksanaan konseling kelompok dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang berkesinambungan dan sistematis. Dari karakteristik dalam kegiatan konseling kelompok yang dijelaskan di atas akan menjadi tolak ukur untuk konseling kelompok agar bermanfaat bagi santri dan lingkungannya.

Terdapat berbagai pendekatan dan teknik-teknik konseling yang digunakan untuk meningkatkan adaptasi santri baru, namun pemilihan teknik *problem solving* dipandang sebagai metode yang paling tepat dalam meningkatkan adaptasi santri baru. Hal ini sesuai dengan pandangan Islam bahwa memecahkan masalah dalam Islam sangat penting dan hal ini sejalan dengan ajaran dalam Al-Qur'an dan Hadits yang menekankan pentingnya berpikir, mencari solusi, dan bertindak secara bijaksana yang berprinsip sesuai dengan ajaran Islam dalam memecahkan masalah. Hal Ini menunjukkan bahwa setelah melakukan usaha dan mencari solusi yang tepat, kita harus percaya bahwa hasilnya berada di tangan Allah. Salah satu prinsip utama Islam adalah bertawakal kepada Allah SWT setelah berusaha dengan sebaik-baiknya. Dalam Al-Qur'an Surat Al-Imran, Allah berfirman:

وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَرَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ

⁶⁴ Q.S Yusuf 12:87

⁶⁵ Tarmizi. 2018. Bimbingan Konseling Islam. Medan: Perdana Publishing.51

"Dan bermusyawarahlah dengan mereka dalam segala urusan (penting). Kemudian, apabila engkau telah membulatkan tekad, bertawakallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang bertawakal."⁶⁶

Dalam pelaksanaan konseling kelompok dengan menggunakan *problem solving*, peneliti juga menggunakan *Reward* yang diharapkan mampu membangkitkan minat atau daya tarik santri terhadap pelayanan bimbingan dan konseling yang diselenggarakan oleh konselor. Konselor memberikan *reward* berupa hadiah maupun pujiyan yang diberikan setelah anggota kelompok mampu dan berhasil melaksanakan *challenge* disetiap akhir pertemuan layanan. Konselor memberikan *challenge* dalam batas waktu tertentu yang telah di sepakati oleh anggota kelompok untuk segera dilaksanakan sampai pertemuan selanjutnya.

Digunakan *problem solving* sebagai teknik yang dianggap tepat agar siswa dapat saling berinteraksi antar anggota kelompok dengan berbagai pengalaman, pengetahuan, gagasan atau ide-ide dan diharapkan dapat memberikan pemahaman baru. Selain untuk membantu memecahkan permasalahan secara bersama, dalam kegiatan bimbingan kelompok ini anggota kelompok bisa berlatih cara meningkatkan hubungan interpersonal di hadapan teman-temannya.

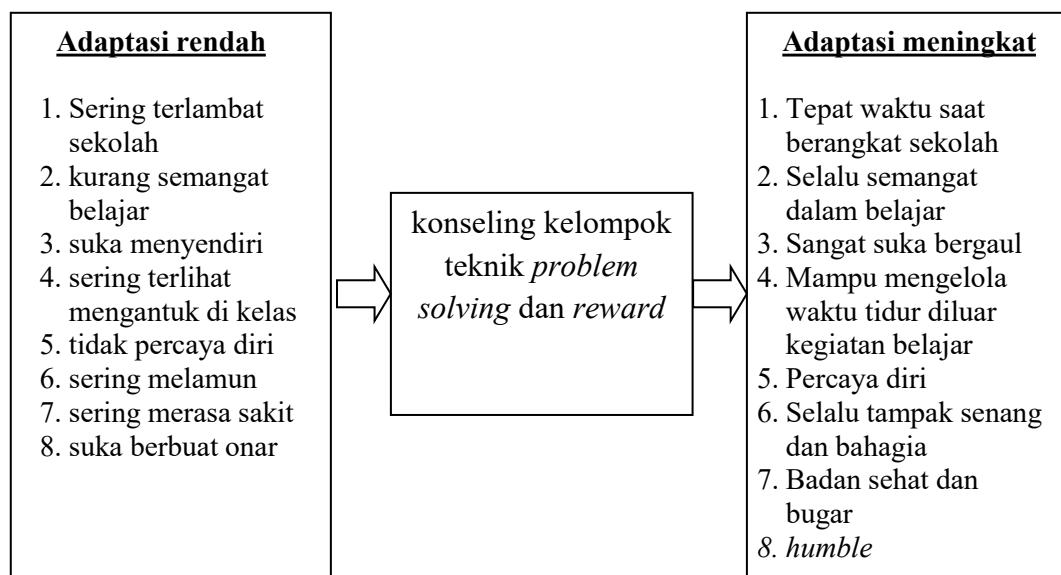
Penerapan *reward* sejalan dengan teori belajar *operant conditioning* yang dikemukakan oleh B.F. Skinner. Menurut teori ini, perilaku manusia dapat dibentuk melalui pemberian penguatan (*reinforcement*). Penguatan positif, seperti pemberian hadiah atau pujiyan, dapat meningkatkan kemungkinan seseorang untuk mengulangi perilaku yang sama di masa depan. Dalam konteks pendidikan, teori ini memberikan dasar yang kuat bagi penerapan *reward* sebagai metode untuk santri.

Secara bertahap muatan yang terkandung dalam kegiatan konseling kelompok ini dalam tahap kegiatan yang *disetting* secara khusus akan membawa proses perubahan kognitif, afektif dan konatif anggota kelompok.

⁶⁶ Q.S Al Imron, 3:159.

Sehingga diharapkan dalam waktu tertentu yang telah diperhitungkan akan menghasilkan sebuah kegiatan konseling kelompok yang dapat digunakan sebagai alternatif yang sesuai untuk meningkatkan adaptasi santri.

Pengembangan model layanan Konseling Kelompok Teknik *Problem Solving* Menggunakan *Reward* tersebut di atas dapat dilihat pada bagan berikut:



Gambar 2.1 Kerangka Berfikir

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini adalah Model Konseling Kelompok Teknik *Problem Solving* Menggunakan *Reward* untuk Meningkatkan Adaptasi Santri Baru Pondok Pesantren Sunan Drajat di MTs Sunan Drajat Paciran Lamongan.