

## Model Konseling Sebaya Berbasis Budaya Pesantren Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri Baru

**Roikhatul Janah**

Institut Agama Islam Bakti Negara Tegal  
Email: roikhatuljanah@gmail.com

**Nailu Rokhmatika**

Institut Agama Islam Bakti Negara Tegal  
Email: nrokhmatika@gmail.com

### Abstract

*Self-adjustment is a crucial ability for new students (santri) in adapting to the pesantren environment, which is characterized by its unique culture and strict regulations. Many santri face adaptation challenges that can negatively impact their comfort and academic performance. This study aims to develop a peer counseling model based on pesantren culture as a strategy to enhance the self-adjustment of new santri. Using a Research and Development (R&D) approach, this study follows three main stages: initial information gathering, planning, and model development. The outcome of these stages is the formulation of a peer counseling model contextualized with pesantren values such as solidarity, simplicity, and obedience to religious teachings. This model is expected to serve as a practical guide for counselors and educators in assisting new santri to overcome adaptation difficulties effectively through trained peer support. The findings contribute theoretically to the development of culturally-based guidance and counseling, and offer practical benefits in improving the psychological well-being of students in the pesantren environment.*

**Keywords:** Peer Support, Pesantren Culture, Santri And Self-Adjustment;

### Abstrak

Penyesuaian diri merupakan kemampuan penting bagi santri baru dalam menghadapi lingkungan pesantren yang memiliki budaya dan aturan khas. Banyak santri mengalami hambatan adaptasi yang dapat berdampak negatif pada kenyamanan dan prestasi mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model konseling sebaya berbasis budaya pesantren sebagai strategi peningkatan penyesuaian diri santri baru. Dengan pendekatan Research and Development (R&D), penelitian ini melalui tiga tahapan utama: pengumpulan informasi awal, perencanaan, dan pengembangan model. Tahap pertama merupakan identifikasi menggunakan need asesment menggunakan instrumen penyesuaian diri, tahap kedua penyamaan teori dengan library reset yang menemukan bahwa layanan konseling sebaya dapat dipadukan dengan nilai-nilai budaya. Hal ini menjadi salah satu Novelty dalam penelitian ini. Tahap ketiga menemukan model konseling sebaya yang kontekstual dengan nilai-nilai kehidupan pesantren seperti solidaritas, kesederhanaan, dan ketaatan terhadap ajaran agama yang tertuang dalam At-Ta'awun. Melalui metode RND dengan analisis kuantitatif menggunakan uji beda menunjukkan kenaikan penyesuaian diri santri setelah pelaksanaan konseling. Model ini diharapkan menjadi pedoman praktis bagi konselor dan tenaga pendidik dalam membantu santri baru mengatasi masalah adaptasi secara efektif melalui pendekatan dari teman sebaya yang telah dilatih. Temuan ini memberikan kontribusi teoritis terhadap pengembangan ilmu bimbingan dan konseling berbasis budaya, serta manfaat praktis dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis santri di lingkungan pesantren.

**Kata Kunci:** *Konseling Sebaya, Pesantren, Santri Dan Penyesuaian Diri;*

## Pendahuluan

Pondok pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan yang diminati oleh orang tua untuk siswa mengenyam pendidikan. Pembelajaran yang ditawarkan oleh pondok pesantren dengan memperdalam ilmu agama dan terdapat sekolah yang bergerak secara formal memberikan ketertarikan tersendiri bagi orang tua. Kegiatan belajar mengajar yang aktif 24 jam dan mengharuskan siswa untuk menginap dan mematuhi budaya pesantren yang kental dengan ritual keagamaan memberikan daya tarik bagi orang tua untuk menitipkan anaknya di pondok pesantren (Saputro, 2023). Pondok pesantren memberikan peluang pada santri untuk mampu bersosialisasi dengan teman dan lingkungan sosial selama 24 jam penuh. Hal ini karena santri ditempatkan dalam satu asrama dengan santri lain yang berbeda latar belakang namun perlu mematuhi satu aturan pondok pesantren. Santri dituntut mampu mengikuti dan melaksanakan aktivitas dan norma yang ada sesuai dengan ajaran agama Islam. Dalam konteks ini, pondok pesantren memiliki aturan batasan tertentu, dan kultur khusus yang membuat para santri selalu saling menolong, hidup sederhana, bersikap ikhlas, cinta ilmu, saling menghormati satu sama lain dan membuat tali persaudaraan yang baru yang bisa juga disebut sebagai *living values* kehidupan di pondok pesantren (Sapardi & Danang Bimo Aji, 2024).

Kehidupan masa remaja awal yang dilalui oleh para santri di pondok pesantren sering kali masih tergantung oleh orang tua. Namun karena kondisi yang mengharuskan santri tinggal di pondok pesantren dan jauh dari lingkungan rumah serta bantuan orang

tua menuntutnya agar bersikap lebih mandiri. Kemandirian santri dapat di lihat dengan proses adaptasi dalam aktivitas belajar mengajar dan dalam adaptasi dengan lingkungan sekitar terutama budaya pesantren. Para santribertemu dengan teman-teman baru, tempattinggal baru, dan situasi baru. Tidak sedikit parasantri yang merasa tidak sanggup atau merasa tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan pondok pesantren (Sa'idah, 2017).

Penyesuaian diri merupakan kemampuan individu dalam berinteraksi dengan lingkungan serta tetap tercapai ketentruman dalam diri individu. Santri baru di Pondok Pesantren didominasi oleh santri yang berusia 12 hingga 15 tahun, di mana pada usia ini mereka mengalami suatu krisis karena terjadi perubahan fisik serta psikososial (Faizahm, 2023). Begitu juga mereka yang tinggal di area Pondok pesantren, lingkungan pondok pesantren menjadi lingkungan sosial yang utama dalam melakukan penyesuaian diri. Keberadaan mereka tinggal di pondok pesantren mampu membuat mereka belajar mendapatkan pengalaman bersosialisasi dengan teman-teman ataupun dengan lingkungan Pondok pesantren.

Menurut Gunarsa dalam (Kalsum et al., 2022) individu yang mulai masuk pada jenjang pendidikan baru, seperti Sekolah Menengah Pertama umumnya mereka akan menghadapi permasalahan penyesuaian diri. Fatimah dalam (Fadhillah, 2023) Individu yang sudah memasuki masa remaja, ia akan memasuki lingkup pergaulan yang lebih luas, lingkup pergaulan teman-teman dan lingkungan ini akan sangat mempengaruhi tumbuh

kembang individu tersebut. Dalam penelitian Elly Ghofinayah dan Erni Agustina Setiowati, (2017) masih banyak dijumpai permasalahan sosial pada Pondok Pesantren Daar Al Furqon yang masih dialami oleh beberapa santri, di antaranya suka menarik diri, tidak ingin tahu kebersihan lingkungan di luar tugas piket mereka, dalam satu kamar mereka tidak mengenal semua nama temannya. Perilaku-perilaku menyimpang yang dilakukan oleh para santri erat kaitannya dengan kemampuan penyesuaian diri, hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Atiyah & Ainiyah (2020) kondisi lingkungan sekitar juga akan berpengaruh terhadap penyesuaian diri pada santri baru. Dalam penelitian Yuliani Safareka, Ninik Setyowani, (2018) penyesuaian diri juga dapat mempengaruhi prestasi dari para santri. Hal ini berpengaruh pada betah dan kenyamanan santri yang akan menunjangnya dalam proses kehidupan sehari-hari dalam pesantren.

Salah satu bantuan penyesuaian diri yang dapat diberikan pada santri adalah melalui layanan konseling sebaya. Layanan konseling sebaya memungkinkan santri dapat berinteraksi secara lebih intens dengan teman yang berada dilingkungan dan kondisi yang sama (Khotirudin et al., 2021). Selain itu layanan ini memberikan kemudahan pada santri untuk dapat bersosialisasi dan bergaul serta belajar penyesuaian belajar maupun kehidupan sehari-hari.

Beberapa kasus ditemukan kurangnya penyesuaian diri menjadikan santri sulit berkembang karena minimnya rasa nyaman. Hal ini berdasarkan pada hasil observasi di 4 pesantren di wilayah kabupaten Tegal yang menunjukkan adanya 20% santri mengalami kesulitan

penyesuaian diri yang mengakibatkan santri tidak mampu bertahan dan memilih keluar (boyong). Hasil ini diperkuat melalui wawancara yang dilakukan peneliti dengan 10 santri yang mengalami kesulitan penyesuaian diri yang berkaitan dengan kemampuan sosialisasi, adaptasi dengan kegiatan dan teman-teman dilingkungan sekitar. Namun berdasarkan data yang dihimpun oleh peneliti dengan melakukan perbandingan pada santri yang menunjukkan penyesuaian diri tinggi. Hasil penelitian diperoleh bahwa menemukan teman sebaya yang merasakan hal yang sama dan kakak tingkat yang mampu mengayomi menjadikan merasa nyaman dalam lingkungan pesantren. Data ini menunjukan bahwa kebersamaan dan keberadaan teman sebaya menjadikan bantuan pertama dalam penyesuaian diri santri dilingkungannya.

Hal ini menjadikan sangat penting memberikan bantuan penyesuaian diri pada santri. Salah satu bantuan yang dapat dilakukan adalah menggunakan konseling sebaya (*peer counseling*). Menurut Judy A. Tindall & H. Dean Gray dalam (Pointon-Haas et al., 2024) konseling sebaya adalah layanan bantuan konseling yang diberikan oleh teman sebayanya (biasanya seusia/tingkatan pendidikannya hampir sama) yang telah terlebih dahulu diberikan pelatihan-pelatihan untuk menjadi konselor sebaya sehingga diharapkan dapat memberikan bantuan baik secara individual maupun kelompok kepada teman-temannya yang bermasalah ataupun mengalami berbagai hambatan dalam perkembangan kepribadiannya. Mereka yang menjadi konselor sebaya bukanlah seorang yang profesional di bidang konseling tapi mereka diharapkan dapat menjadi perpanjangan tangan konselor profesional.

Pemahaman tentang konseling sebaya (*peer counseling*) di atas mengisyaratkan bahwa *peer counseling* adalah pelayanan pemberian bantuan interpersonal yang dilakukan oleh orang-orang non Professional yang menjalankan suatu peranan bantuan kepada orang-orang lain yang sebaya. Pemberian bantuan interpersonal di sini menunjukkan adanya proses perjumpaan yang terjadi melalui tatap muka antara seorang konselor dan seorang konseli. Proses perjumpaan yang terjadi dalam aktivitas yang bercorak konseling diharapkan mampu tercipta sebuah dialog yang mendalam dan genuine. Untuk ini diperlukan adanya hubungan yang saling percaya di antara konselor dan konseli (Agoes Salim et al., 2023).

Penciptaan hubungan di antara keduanya (konselor dan konseli) sangat penting, sebab hubungan konselor dengan konseli merupakan “jantung” dari keseluruhan proses konseling (Rizki Wulandini & Murti Rozamuri, 2024). Hubungan konselor dengan konseli menjadi dasar dalam keseluruhan proses konseling. Bahkan, menurut pendekatan eksistensial, dalam keseluruhan proses konseling yang paling utama adalah hubungan konselor dengan konseli, karena situasi hubungan tersebut merupakan stimulus untuk tercapainya tujuan konseling yang diharapkan, yaitu terjadinya perubahan ke arah yang positif, dan terciptanya satu kondisi agar konseli merasa bebas melakukan eksplorasi diri, penyesuaian diri dan kesehatan mental, kebebasan secara psikologis tanpa mengabaikan tanggung-jawab sosial .

Hal ini menjadi penguat pentingnya penelitian yang mengarah pada penyesuaian diri santri baru melalui bantuan layanan konseling teman sebaya di pondok

pesantren. Pengembangan model layanan konseling menjadikan penting bagi peningkatan *well-being* santri. Penelitian ini memiliki kebaruan pada tujuan pemberian bantuan layanan konseling dengan integrasi budaya pesantren.

## Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *research and development* (R&D) yang bertujuan untuk menghasilkan sebuah pengembangan baru dalam layanan konseling. Penelitian R&D (Borg, M & Gall, 2007) merupakan penelitian yang menggunakan model penelitian dan pengembangan (*research and development*). Menurut Borg and Gall “*research and development is a powerful strategy for improving practice, it is a process used to develop and validate educational product*”. Penelitian dan pengembangan pendidikan adalah suatu strategi untuk mengembangkan praktik, melalui proses pengembangan dan validasi produk penelitian(Sugiyono, 2010).

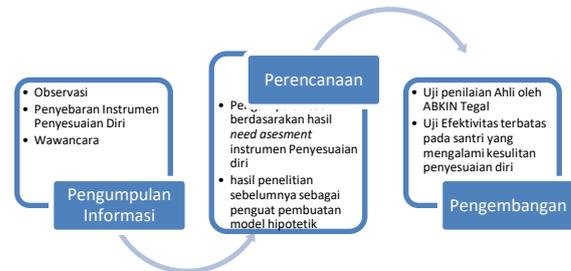
Penelitian pengembangan (R&D) memiliki beberapa Langkah yang dilakukan; Pertama pengumpulan informasi, Perencanaan Produk, pengembangan model dan uji efektivitas model. Penyusunan model konseling sebaya berbasis budaya pesantren untuk meningkatkan penyesuaian diri santri baru. Beberapa informasi yang di himpun berkaitan dengan data santri baru yang mengalami kesulitan penyesuaian diri di salah satu pesantren lingkungan IBN atau kerja sama IBN. Kemudian data dihimpun sebagai salah satu penguatan dalam pembuatan model konseling sebaya.

Tahap pertama merupakan tahap pengumpulan informasi. Hal ini guna menjadikan tahap perencanaan pembuatan

model dilakukan peneliti dengan analisis kebutuhan dan merancang model hipotetik. Dalam tahapan ini peneliti menghimpun data melalui observasi dan penyebaran instrumen penyesuaian diri guna memperoleh hasil yang tepat dan sesuai dengan kondisi santri. Penelitian ini menggunakan pengambilan data dengan menyebarkan instrumen berkaitan dengan penyesuaian diri pada santri baru. Beberapa tempat lokasi penelitian yang dilakukan di antaranya di pondok pesantren Al Amin Bulakwaru dengan menggunakan instrumen penyesuaian diri yang menunjukkan hasil 20 santri baru dari total 65 santri mengalami kesulitan penyesuaian diri dengan karakteristik sulit beradaptasi dengan pergaulan teman sebaya dan kegiatan pondok pesantren. Hal ini sejalan dengan hasil observasi di lokasi kedua pondok pesantren Darqis Lebaksiu dengan persentase 10% santri mengalami kesulitan penyesuaian diri, namun lebih pada penyesuaian kegiatan dan hafalan santri. Hasil ini diperkuat pada dua lokasi lain yang menunjukan kesamaan pada penyesuaian teman sebaya. Data diperoleh dari 4 pondok pesantren dengan karakteristik yang berbeda. Pondok pesantren Al Amin yang berada di tengah pemukiman warga dengan mengedepankan pendidikan formal dan keagamaan, santri diharuskan mengikuti kegiatan pondok dan kegiatan sekolah dalam kurun waktu 24 jam. Sedangkan pondok pesantren Darqis identik pada hafalan Al Quran. Dua pesantren lain memiliki ciri khas pondok pesantren salaf yang ada di desa dan terletak di pegunungan.

Tahap berikutnya tahap perencanaan hipotetik model. Pada tahapan ini peneliti menyusun model yang sesuai dengan kebutuhan dan informasi yang

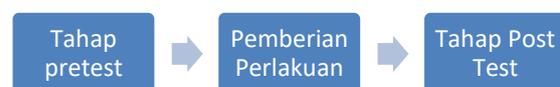
didapatkan melalui hasil penelitian dan menghimpun teori yang sesuai dengan kebutuhan pengembangan model. Tahap selanjutnya peneliti melakukan pengembangan model hipotetik dan uji efektivitas yang dijelaskan dalam diagram berikut ini:



Gambar 1.1: Tahapan R&D

Diagram di atas menggambarkan 3 tahapan yang dilakukan dalam pembuatan model konseling untuk mengatasi kesulitan penyesuaian diri santri. Pada tahapan pengembangan menggunakan analisis kualitatif *library research* dengan menghimpun beberapa teori dan jurnal yang menunjukkan kesesuaian dalam penyusunan model.

Tahap terakhir dalam pengembangan model dilakukan uji efektivitas dengan menerapkan layanan konseling sebaya berbasis budaya pesantren dalam meningkatkan penyesuaian diri santri yang dilakukan melalui 3 tahapan.



Gambar1.2: Tahapan Uji efektivitas

Fokus pengembangan model konseling sebaya berbasis budaya pesantren untuk meningkatkan penyesuaian diri dimaksudkan supaya mengembangkan model bagi para konselor, Guru bimbingan dan konseling dalam menjalankan pelayanannya baik di sekolah maupun

perguruan tinggi. Jenis penelitian ini merupakan penelitian pengembangan R&D. Penelitian ini merupakan penelitian yang secara sengaja, sistematis, bertujuan/diarahkan untuk mengembangkan, menghasilkan, dan menguji keefektifan produk, model, metode/strategi/cara, jasa, prosedur tertentu yang lebih unggul, baru efektif, efisien, produktif dan bermakna.

## Hasil dan Pembahasan

### Konseling Teman Sebaya Berbasis Budaya Pesantren untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri Baru

Penyesuaian diri merupakan kemampuan individu dalam berinteraksi dengan lingkungan serta tetap tercapai ketenteraman dalam diri individu (Ohzan, 2022). Santri baru di Pondok Pesantren didominasi oleh santri yang berusia 12 hingga 15 tahun, di mana pada usia ini mereka mengalami suatu krisis karena terjadi perubahan fisik serta psikososial. Begitu juga mereka yang tinggal di area Pondok pesantren, lingkungan pondok pesantren menjadi lingkungan sosial yang utama dalam melakukan penyesuaian diri. Keberadaan mereka tinggal di pondok pesantren mampu membuat mereka belajar mendapatkan pengalaman bersosialisasi dengan teman-teman ataupun dengan lingkungan Pondok pesantren (Solikin, 2015).

Berdasarkan studi yang dilakukan oleh peneliti sebelum proses perencanaan model beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa layanan konseling sebaya efektif dalam peningkatan penyesuaian diri. Hal ini di perkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kurniawan, 2014) yang mengidentifikasi layanan konseling teman sebaya mampu mereduksi perilaku asertif siswa SMA. Sejalan dengan penelitian ini (Khotirudin et al., 2021) menjelaskan pengaruh bantuan layanan konseling sebaya dapat meningkatkan self efikasi siswa SMA, dalam penelitian ini

menyarankan pengembangan model konseling sebaya yang dapat berbasis dengan budaya. Sejalan dengan penelitian ini peneliti mengembangkan layanan konseling sebaya berbasis budaya pesantren untuk memberikan kemudahan santri baru dalam aktivitas adaptasi terutama penyesuaian diri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh (Faizah Oktaviani et al., 2023) yang mengemukakan bahwa dukungan teman sebaya menjadikan peningkatan dalam proses penyesuaian diri santri baru.

Teman sebaya (*peers*) adalah anak dengan tingkat perkembangan yang kurang lebih sama. Teman sebaya memiliki fungsi untuk memberikan informasi dan komparasi tentang dunia di luar keluarga. Teman sebaya digunakan sebagai sebagai remaja menerima umpan balik dari teman-teman mereka tentang kemampuannya. Remaja menilai tentang apa yang dilakukannya lebih baik dari teman-temannya atautkah lebih buruk dari teman-temannya. Hal ini akan sulit dilakukan dalam keluarga karena saudara-saudara kandung biasanya lebih tua atau lebih muda yang tidak sebaya (Fitrian Eko Saputro, 2023). Hubungan yang baik di antara teman sebaya akan sangat membantu perkembangan aspek sosial anak secara normal. Anak pendiam yang ditolak oleh teman sebayanya, dan merasa kesepian berisiko menderita depresi. Anak-anak yang agresif terhadap teman sebaya berisiko pada berkembangnya. Gladding dalam (Kibtiyah et al., 2024) mengungkapkan bahwa dalam interaksi teman sebaya memungkinkan terjadinya proses identifikasi, kerja sama dan proses kolaborasi. Proses-proses tersebut akan mewarnai proses pembentukan tingkah laku yang khas pada remaja.

Penelitian model pengembangan layanan konseling sebaya berbasis pesantren dikembangkan berdasarkan analisis kebutuhan need assessment para santri baru yang berada dilingkungan pondok pesantren di Kabupaten Tegal.

Pengambilan data diawali dengan observasi di 4 pondok pesantren yang berada di kabupaten Tegal dengan lingkup pendidikan formal dan salaf. Hasil awal melalui instrumen *need assesment* terindikasi terdapat 57 % santri baru masih mengalami sulit penyesuaian diri, melalui instrumen penyesuaian diri 476 santri baru di 4 pondok pesantren terdapat 35 % santri mengalami kesulitan penyesuaian diri atau 173 santri masih berada di bawah rata-rata skor hasil *pretest*. Hal ini ditunjukkan dengan hasil *pretest* awal 173 santri pada angka 18,2S yang menunjukkan masih rendahnya tingkat penyesuaian diri. Hal ini menjadikan perlunya bantuan yang bersifat kuratif melalui layanan konseling sebaya yang berbasis budaya pesantren untuk memudahkan santri dalam proses adaptasi di pesantren sehingga mampu mengikuti kegiatan dengan baik. Layanan konseling sebaya berbasis budaya pesantren menanamkan nilai *At-ta'awun* dengan pemahaman tolong menolong dengan sesama menjadikan kita mampu hidup lebih bahagia dan beban terasa ringan karena dipikul bersama. Penanaman nilai *At Taawun* dilakukan dengan 5 sesi layanan konseling.

Sesi 1: Pemberian pemahaman tentang pentingnya berteman dan penyesuaian diri di pondok pesantren, dengan memberikan *pretest* diakhir sesi sebagai tolak ukur pemberian layanan konseling selanjutnya.

Sesi 2: Sesi konseling dengan pemahaman saling menolong sesama teman dan pentingnya berkerja sama.

Sesi 3 : Pemberian pemahaman dan diskusi berkaitan dengan masalah penyesuaian diri yang dialami oleh santri.

Sesi 4 : Pemberian Layanan Konseling dengan memadukan unsur budaya pesantren (*At-ta'awun*) dengan menjelaskan aktivitas-aktivitas yang lebih nyaman dilakukan dengan bersama-sama dan bergotong royong.

Sesi 5 : Pemahaman dan pencatatan perubahan aktivitas yang berat saat dilakukan sendiri dengan dilakukan bersama-sama. Kemudian pada sesi ini santri diberi kesempatan untuk menjelaskan makna *ta'awun* dengan memberikan contoh aktivitas yang dilakukan saat di pesantren dengan dibantu oleh teman. Pada akhir sesi diberikan *post test* menggunakan instrumen penyesuaian diri.

Berdasarkan hasil *post test* terlihat perbedaan meningkatkan penyesuaian diri santri baru dengan mengkolaborasi teman sebaya sebagai partner dengan menanamkan budaya pesantren. Data ini terbukti efektif dengan hasil penelitian melalui uji efektivitas model yang diperoleh angka sebagai berikut.

Nilai standar deviasi (9,3) dan Nilai Mean (18,2), dengan deskripsi data sebagai berikut:

Tahapan	M	SD
<i>Pre test</i>	18,2	9,1
<i>Post test</i>	19,4	10,2

Hasil ini menunjukkan bahwa sebelum pelaksanaan uji efektivitas nilai skala *pretest* penyesuaian diri santri baru berada pada taraf rendah (18,2) sedangkan dalam uji skala instrumen yang telah dilakukan melalui pengembangan instrumen penyesuaian diri dengan 46 Item skor terendah pada M (20,4) dan hasil *pretest* menunjukkan kondisi penyesuaian diri yang masih rendah pada santri baru. Hasil uji efektivitas model layanan konseling teman sebaya berbasis pesantren dinyatakan efektif karena mengalami peningkatan skor, sebesar 0,9 %. Hal ini dinyatakan efektif walaupun masih tergolong dalam taraf rendahnya Tingkat penyesuaian diri santri.

Penyesuaian diri menjadi aspek penting dalam kehidupan santri agar lebih memiliki semangat dalam belajar dan peningkatan pemahaman dalam pembelajaran serta makna hidup (Sapardi &

Danang Bimo Aji, 2024). Penyesuaian diri pada dasarnya bermanfaat bagi para santri untuk menanggulangi permasalahan-permasalahan yang dialami selama di pondok pesantren. Hal ini menjadikan kemudahan santri dalam bersosialisasi maupun meningkatkan sikap kemandirian sehingga menjadikan keberhasilan dalam pembelajaran di pondok pesantren.

### Nilai-Nilai Budaya Pesantren

Nilai-nilai budaya pesantren yang diadaptasikan memberikan santri mampu mengembangkan konsep kemandirian yang disesuaikan dengan aktivitas keseharian sehingga dapat meningkatkan kemandirian belajar maupun kemandirian sosial terutama dalam bergaul dan beradaptasi. Dampak positif ini memberikan pemberian layanan dengan menggunakan aktivitas kelompok melalui teman sebaya dan berkolaborasi dengan budaya pesantren menjadikan santri mampu berkembang lebih optimal terutama dalam kemandirian sikap dan tanggung jawab sehingga memberikan santri mudah merasakan aman dan nyaman berada di pondok pesantren dalam menjalankan aktivitas belajarnya.

Pesantren menjadi lembaga favorit tempat orang tua menitipkan anaknya. Hal ini karena sistem pondok pesantren dengan pembelajaran 24 Jam non stop dengan pengawasan ketat dan menjunjung tinggi nilai-nilai kemanusiaan dan nilai agama menjadikan tumbuhnya rasa aman orang tua menitipkan anaknya. Namun budaya pesantren yang berhubungan dengan santri dan Kyai menjadi keberlangsungan sistem Pendidikan yang nyata. Menurut Dhofier (1982), pesantren memiliki lima elemen dasar: kiai, santri, pondok, masjid, dan kitab kuning, yang semuanya berperan dalam membentuk budaya pesantren yang unik. Hubungan paternalistis antara kiai dan santri, serta pola hidup sederhana yang dijalankan oleh para santri, menjadi karakteristik utama yang membedakan pesantren dari lembaga pendidikan lainnya.

Budaya pesantren dengan berbagai keunikan dan keragamannya terkadang

menjadi alasan santri tidak merasa nyaman dan memilih untuk pindah dalam istilah pesantren boyong. Hal ini menjadikan kerugian pada diri santri dan kedua orang tuanya. Kasus ini menjadikan perlunya pemahaman budaya pesantren melalui penyesuaian diri yang di dukung oleh teman sebaya.

Budaya luhur pesantren identik dengan adanya tolong menolong antar sesama (*At-ta'awun*). Dalam ilmu antropologi budaya dapat berkolaborasi dengan modernitas yang berusaha untuk mengaplikasikan dalam adaptasi kemasam budaya yang baru dengan menanamkan nilai luhur dengan konsep yang lebih mudah dipahami. Sejalan dengan pengembangan model ini memberikan pembaharuan berkaitan dengan nilai-nilai *At-Ta'awun* dalam wujud layanan konseling teman sebaya.

### Model Konseling Teman Sebaya Berbasis Budaya Pesantren

Pada dasarnya tujuan model layanan konseling Adalah untuk perubahan perilaku individu yang lebih baik. Sejalan dengan hal ini pengembangan model dilakukan untuk memperoleh santri yang mampu memiliki pemahaman yang lebih baik berkaitan dengan manfaat penyesuaian diri terutama pada kelancaran dan keberhasilan proses pembelajaran di pondok pesantren. Transformasi nilai-nilai budaya pesantren dilakukan dalam bentuk layanan konseling sebaya dengan prinsip membantu sesama. Model konseling ini mencakup beberapa tujuan yang tergambar dalam diagram berikut;



Gambar 1.1

Dalam gambar di atas model ini memiliki skema bahwa kebutuhan santri perlu diidentifikasi sebelum pemberian layanan. Mengolaborasi dengan budaya pesantren sebagai pembiasaan yang berkaitan dengan penyesuaian diri santri baru di lakukan oleh santri yang memiliki Tingkat perkembangan yang sama, santri sebagai *peer support* (teman sebaya) memiliki beberapa kriteria:

1. Santri yang memiliki Tingkat penyesuaian diri tinggi.
2. Usia dan jenis kelamin yang sama
3. Tingkat perkembangan yang sama
4. Santri yang memiliki jiwa kepemimpinan
5. Santri yang dapat menjaga rahasia orang lain
6. Berpikiran terbuka dan aktif bersosialisasi.

Model layanan konseling dilakukan melalui 5 tahapan sesi:

Sesi Pertama pemberian identifikasi kebutuhan santri menggunakan skala penyesuaian diri. Dalam sesi ini guru pembimbing dapat menemukan santri yang akan dijadikan sebagai teman sebaya (*peer support*).

Sesi Kedua, dilakukan dengan memberikan pemahaman berkaitan dengan penyesuaian diri dan pengenalan lingkungan budaya pesantren yang ada.

Sesi Ketiga, pemilihan konselor sebaya dengan memberikan identifikasi dan analisis sikap dalam penyesuaian diri melalui budaya pesantren.

Sesi Keempat memberikan dorongan kepercayaan dan kesempatan untuk teman sebaya membantu santri yang mengalami penyesuaian diri kurang baik.

Sesi Kelima konselor sebaya diberikan pemahaman yang kuat berkaitan dengan dampak positif menolong dan menanamkan kebaikan melalui proses pembiasaan yang ada di pesantren.

## Kesimpulan

Model konseling sebaya berbasis budaya pesantren pada dasarnya menjadikan bantuan yang bersifat kuratif dengan memanfaatkan santri sebagai fasilitator bantuan dan memberikan santri mampu mengaplikasikan budaya pesantren yang memiliki ciri khas kebersamaan dan saling tolong menolong. Model ini di rancang sebagai salah satu bantuan konseling yang dapat diaplikasikan di pesantren melalui pemahaman budayanya. Melalui budaya *At-ta'awun* santri diberikan pemahaman berkaitan dengan kegiatan pesantren yang jauh lebih ringan dikerjakan dalam kebersamaan. *peer support* menjadikan santri mampu berfikir lebih terbuka, aktif dalam bersosialisasi sehingga memudahkan santri dalam penyesuaian diri dipondok pesantren. Layanan ini bertujuan untuk peningkatan *well-being* santri sehingga penyesuaian diri lebih baik dan santri lebih merasa nyaman dalam menjalani kehidupan di pesantren.

## Daftar Pustaka

- Agoes Salim, R. M., Istiasih, M. R., Rumlatur, N. A., & Biondi Situmorang, D. D. (2023). The role of career decision self-efficacy as a mediator of peer support on students' career adaptability. *Heliyon*, 9(4). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e14911>
- Atiyah, K., & Ainiyah, N. (2020). Hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja. *Psikologi Kepribadian Dan Sosial Universitas Airlangga*, 2(2), 42–51.
- Elly Ghofiniyah dan Erni Agustina Setiowati. (2017). PENYESUAIAN DIRI PADA SANTRI PONDOK PESANTREN DAAR AL FURQON KUDUS. *Proyeksi*, Vol.12 (1) 2017, 1-16, 12(1), 1–16.
- Fadhillah, K. (2023). Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri di Asrama.

- Jurnal Inovative; Soscial Sciences*, 3, 4285–4298.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.31004/innovative.v3i3.2614>
- Faizah Oktaviani, Moh. Sholeh, & Romyun Alvy Khoiriyah. (2023). Religiusitas, Self-Disclosure dengan Penyesuaian Diri Santri Baru. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 14(1), 21–26.  
<https://doi.org/10.29080/jpp.v14i1.911>
- Fitrian Eko Saputro, N. (2023). Meta Analisis Urgensi Konseling Teman Sebaya di Pondok Pesantren. *Al-Ihath: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 3(2), 107–116.  
<https://doi.org/10.53915/jbki.v3i2.343>
- Kalsum, U., Wibowo, M. E., & Japar, M. (2022). The Effectiveness of Group Counseling Acceptance and Commitment Therapy to Reduce Students ' Academic Burnout. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 11(1), 16–22.
- Khotirudin, F., Agama, K., & Republik, I. (2021). EFEKTIVITAS MODEL PEER COUNSELING DALAM MENINGKATKAN SELF-ESTEEM PADA SISWA AGAMA ISLAM MERTAPADA TAHUN AJARAN 2020-2021 EFEKTIVITAS MODEL PEER COUNSELING DALAM MENINGKATKAN SELF-ESTEEM PADA SISWA AGAMA ISLAM MERTAPADA.
- Kibtiyah, M., Rokhmatika, N., & Algifahmy, A. F. (2024). Implementasi Model Konseling Komprehensif Berbasis Pesantren. *Journal of Counseling and Education*, 5, 80–88.
- Kurniawan, A. (2014). Ari Kurniawan, 2014 EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK TEMAN SEBAYA DALAM MEREDUKSI PERILAKU AGRESIF SISWA Universitas Pendidikan Indonesia | [Repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [Perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu). *Skripsi*, 2013–2014.
- Oktaviani, Faizah, M. S. dan R. A. (2023). Religiusitas, Self-Disclosure dengan Penyesuaian Diri Santri Baru. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 3441.  
<https://doi.org/http://doi.org/10.29080/jpp.v14i1.911>
- ÖZHAN, M. B., & YÜKSEL, G. (2022). The Effect of School Burnout on Academic Achievement and Well-Being in High School Students: A Holistic Model Proposal. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 8(1), 145–162.  
<https://doi.org/10.33200/ijcer.824488>
- Pointon-Haas, J., Waqar, L., Upsher, R., Foster, J., Byrom, N., & Oates, J. (2024). A systematic review of peer support interventions for student mental health and well-being in higher education. *BJPsych Open*, 10(1), 1–16.  
<https://doi.org/10.1192/bjo.2023.603>
- Rizki Wulandini, E., & Murti Rozamuri, A. (2024). Pengaruh Peer Social Support, Interpersonal Communication Dan Emotional Intelligence Terhadap Penyesuaian Sosial Mahasiswa Rantau Di Salah Satu Kampus Di Jakarta Selatan. *Jurnal GeoEkonomi*, 15(1), 38–51.  
<https://doi.org/10.36277/geoekonomi.v15i1.416>
- Sa'idah, S. dan L. (2017). Dukungan Sosial dan Self-Efficacy dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Tingkat Pertama di Pondok Pesantren Salwa Sa'idah , dan Hermien Laksmiwati Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 7(2), 116–122.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.26740/jppt.v7n2.p116-122>
- Sapardi, & Danang Bimo Aji. (2024). Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri Baru Pondok Pesantren An-Nur Sragen Melalui Kegiatan Hafлах. *Among : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 38–44.

<https://doi.org/10.51804/ajpm.v6i1.16571>

- Solikin, A. (2015). Bimbingan Spiritual Berbasis Nilai-Nilai Budaya. *Al-Tahrir: Jurnal Pemikiran Islam*, 15(1), 219. <https://doi.org/10.21154/al-tahrir.v15i1.166>
- Sugiyono, P. D. (2010). *Cara Mudah Menyusun Skripsi: SKRIPSI dan DESERTASI*. ALFABETA.
- Yuliani Safareka □, Ninik Setyowani, C. T. A. (2018). Penyesuaian diri Siswa Ditinjau dari dukungan sosial siswa. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 7(2).