Al-Ihsan
Journal Islamic Guidance and Counseling
AL-IHSAN
Journal of Islamic Guidance and Counseling
Volume 2 Nomor 2

Peran Bimbingan Konseling dalam Membantu Santri Beradaptasi di Pondok Pesantren

Dina Fitria[1], Hamzanwadi[2],
STID Sekolah Tinggi Ilmu Dakwah Al Islahuddiny
Dinafitria584@gmail.com[1]

Cite this article:
Dina Fitria, Hamzanwadi. "Peran Bimbingan Konseling dalam Membantu Santri Beradaptasi di Pondok Pesantren." Al-Ihsan: Journal of Islamic Guidence and Counseling 2, no. 2 (2025): 109-114

Received: 15 Desember 2025	Revised: 30 Desember 2025	Published: 01 Maret 2026

Abstrak

Santri baru di pondok pesantren sering mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, aturan, dan pola kehidupan pesantren. Proses adaptasi ini dapat menimbulkan berbagai permasalahan, seperti rasa cemas, rindu rumah, kesulitan bersosialisasi, dan menurunnya motivasi belajar. Oleh karena itu, santri membutuhkan pendampingan yang tepat agar mampu beradaptasi secara positif. Artikel ini bertujuan untuk membahas peran bimbingan konseling dalam membantu santri beradaptasi di pondok pesantren. Metode yang digunakan adalah studi pustaka dengan mengkaji berbagai buku dan artikel ilmiah yang relevan dengan topik bimbingan konseling dan adaptasi santri. Hasil kajian menunjukkan bahwa bimbingan konseling berperan penting dalam membantu santri memahami diri, mengelola emosi, serta mengembangkan sikap mandiri dan percaya diri. Dengan adanya layanan bimbingan konseling yang baik, santri diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren secara lebih nyaman dan efektif.

Kata Kunci: Bimbingan Konseling; Santri; Adaptasi; Pondok Pesantren.

PENDAHULUAN

Adaptasi merupakan proses psikologis yang krusial bagi individu yang memasuki lingkungan baru, di mana ia harus menyesuaikan diri dengan norma, tuntutan, dan budaya yang berbeda. Dalam konteks pendidikan, proses ini sangat menantang bagi santri yang baru masuk pondok pesantren. Pondok pesantren sebagai lembaga pendidikan integral tidak hanya menekankan pencapaian akademik (baik ilmu agama maupun umum), tetapi juga pembentukan karakter (*akhlakul karimah*) dan internalisasi nilai-nilai keislaman dalam kehidupan komunal yang teratur dan disiplin. Menurut Haidar Putra Daulay, pesantren adalah suatu lembaga pendidikan tradisional Islam untuk memahami, menghayati, dan mengamalkan ajaran agama Islam dengan menekankan pentingnya moral agama sebagai pedoman hidup bermasyarakat sehari-hari.[1]

Dalam proses adaptasi ini, santri dihadapkan pada sejumlah perubahan drastis. Mereka harus beradaptasi dengan kehidupan asrama yang kolektif, jauh dari keluarga, tunduk pada

[1] Haidar Putra Daulay, *Pendidikan Islam Dalam Perspektif Filsafat* (Kencana Prenada Media Group, 2014).

disiplin dan jadwal yang ketat, serta menguasai dua kurikulum sekaligus: kitab kuning (turats) dan kurikulum formal sekolah. Seperti dinyatakan oleh Zamakhsyari Dhofier, kekhasan pesantren terletak pada pola hubungan kyai-santri, kehidupan bermasyarakat di asrama, dan sistem pembelajaran tradisional yang sarat dengan nilai-nilai kepatuhan dan kesederhanaan. Keberagaman latar belakang sosial, ekonomi, dan kemampuan akademik santri semakin mempersulit proses penyesuaian diri ini, yang seringkali memicu masalah psikososial seperti stres, kecemasan, homesickness, hingga konflik interpersonal.[2]

Kesulitan beradaptasi ini, jika tidak ditangani secara tepat, dapat berakibat pada menurunnya prestasi belajar, ketidakstabilan emosi, hingga putus sekolah (drop out). Di sinilah peran Bimbingan dan Konseling (BK) menjadi sangat vital. BK dalam setting pesantren tidak hanya berfungsi sebagai layanan kuratif untuk mengatasi masalah, tetapi lebih sebagai layanan pengembangan (*developmental*) dan pencegahan (*preventive*) yang terintegrasi dengan nilai-nilai Islam. Achmad Juntika Nurihsan menyatakan bahwa bimbingan dan konseling yang efektif adalah yang mampu beradaptasi dengan budaya setempat, sehingga untuk konteks pesantren, pendekatannya harus selaras dengan filosofi dan tujuan pendidikan pesantren itu sendiri.[3]

Namun, implementasi layanan BK di banyak pesantren masih sering dihadapkan pada tantangan, seperti terbatasnya jumlah konselor profesional, persepsi bahwa masalah adaptasi adalah bagian normal dari "proses penguatan mental", serta integrasi antara pendekatan psikologis modern dan metode pembinaan tradisional yang sudah mapan. Padahal, menurut M. Arifin, bimbingan dan konseling berbasis Islam (*Islamic counseling*) memiliki potensi besar untuk membantu santri mencapai kematangan pribadi dan sosial melalui pendekatan yang memadukan ilmu psikologi dengan sumber-sumber ajaran Islam (Al-Qur'an dan Hadits).[4]

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini difokuskan untuk mengkaji secara mendalam peran layanan Bimbingan dan Konseling dalam memfasilitasi proses adaptasi santri di pondok pesantren. Penelitian ini akan menjawab dua rumusan masalah utama: *pertama* Apa saja bentuk-bentuk kesulitan adaptasi yang dialami oleh santri baru di pondok pesantren? *kedua* Bagaimana strategi dan intervensi yang dilakukan oleh guru Bimbingan dan Konseling dalam membantu mengatasi kesulitan adaptasi tersebut?

METODE PENELITIAN

Ditinjau dari jenis dan pendekatannya, penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode studi literatur (kajian kepustakaan). Penelitian studi literatur adalah suatu penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan, menganalisis, dan mensintesis data yang bersumber dari bahan-bahan tertulis yang telah ada sebelumnya guna menjawab permasalahan penelitian. Pendekatan ini dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis secara mendalam konsep, teori, dan temuan empiris terdahulu mengenai peran Bimbingan dan Konseling (BK) dalam konteks adaptasi santri di pondok pesantren, sehingga dapat dibangun suatu pemahaman yang komprehensif.[5]

Fokus kajian dalam penelitian ini adalah pondok pesantren sebagai sebuah sistem pendidikan. Fokus analisis diformulasikan pada dinamika psikologis dan sosio-kultural santri baru, serta model dan strategi layanan BK yang diterapkan di lingkungan pesantren. Penelitian ini tidak dilakukan di satu pesantren tertentu, melainkan mengkaji berbagai pesantren yang

[2] Zamakhsyari Dhofier, *Tradisi Pesantren: Studi Tentang Pandangan Hidup Kyai* (LP3ES, 2011).

[3] Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Berbagai Latar Budaya* (Refika Aditama, 2013).

[4] M. Arifin, *Bimbingan Dan Konseling Islam* (Bumi Aksara, 2017).

[5] Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (PT Remaja Rosdakarya, 2019).

representatif melalui literatur untuk mendapatkan gambaran yang holistik. Penelitian ini memanfaatkan dua kategori sumber data yang saling melengkapi untuk menjamin kedalaman analisis dan ketepatan konseptual. Sumber data utama (primer) berupa literatur akademik yang secara langsung membahas konstruksi teoretis dan temuan empiris terkait bimbingan dan konseling Islam, dinamika adaptasi santri, serta isu kesehatan mental di lingkungan pesantren. Sumber primer tersebut mencakup buku rujukan, artikel jurnal terindeks, serta publikasi ilmiah yang memiliki relevansi langsung dengan fokus kajian. Sementara itu, sumber data pendukung (sekunder) digunakan untuk memperkaya konteks dan memperluas perspektif analisis. Bahan sekunder meliputi prosiding seminar, karya ilmiah mahasiswa (skripsi dan tesis), dokumen kebijakan atau tata tertib pondok pesantren, serta laporan kelembagaan yang tersedia melalui perpustakaan maupun platform daring. Integrasi kedua jenis sumber ini memungkinkan terbangunnya kerangka analitis yang komprehensif dan berbasis evidensi.[6]

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumen (*documentary study*), yakni prosedur sistematis dalam menelusuri, mengidentifikasi, dan mengkaji berbagai dokumen tertulis yang relevan dengan topik penelitian. Penelusuran literatur dilakukan secara terarah melalui basis data akademik seperti Google Scholar, SINTA, dan DOAJ dengan menggunakan kata kunci spesifik yang sesuai dengan variabel penelitian, antara lain bimbingan konseling pesantren, adaptasi santri baru, serta kesejahteraan psikologis santri. Setiap sumber yang ditemukan kemudian diseleksi berdasarkan kredibilitas, relevansi substansial, serta kontribusinya terhadap penguatan kerangka teoretis dan argumentasi penelitian.[7]

Data yang telah terkumpul dianalisis secara kualitatif menggunakan pendekatan analisis isi (*content analysis*). Proses analisis dilakukan secara bertahap dan bersifat siklikal. Tahap pertama adalah pengumpulan data, yaitu menghimpun seluruh literatur yang memenuhi kriteria seleksi. Tahap kedua adalah reduksi data, dengan menyeleksi informasi yang paling signifikan dan mengelompokkannya berdasarkan tema-tema konseptual yang relevan. Tahap ketiga berupa penyajian data, yakni menyusun hasil kategorisasi ke dalam uraian naratif yang sistematis dan koheren sehingga membentuk pola argumentasi yang jelas. Tahap terakhir adalah penarikan kesimpulan, yaitu merumuskan sintesis akhir berdasarkan keseluruhan temuan yang telah dianalisis, sehingga menghasilkan pemahaman yang mendalam, terstruktur, dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.[8]

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil kajian pustaka dari berbagai buku dan artikel ilmiah, dapat dipahami bahwa santri baru di pondok pesantren umumnya menghadapi berbagai tantangan pada masa awal tinggal di pesantren. Perubahan lingkungan yang cukup drastis dari kehidupan di rumah menuju kehidupan pesantren membuat santri perlu waktu untuk beradaptasi. Tantangan tersebut antara lain menyesuaikan diri dengan aturan pesantren yang ketat, mengikuti jadwal kegiatan harian yang padat, serta belajar hidup mandiri tanpa pendampingan langsung dari keluarga.

Selain itu, santri baru juga dituntut untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial dan religius yang baru, seperti berinteraksi dengan teman sebaya yang berasal dari latar belakang berbeda serta menjalani aktivitas keagamaan secara rutin. Kondisi ini tidak jarang menimbulkan

[6] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D* (Alfabeta, 2021).

[7] Robert Bogdan and Sari Knopp Biklen, *Qualitative Research for Education: An Introduction to Theory and Methods*, 3rd ed (Allyn and Bacon, 1998).

[8] M. B. Miles et al., *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*, ed. 3rd (Sage Publications, 2014).

tekanan psikologis bagi santri, terutama pada masa-masa awal. Beberapa masalah yang sering muncul adalah perasaan cemas, rasa rindu rumah (homesickness), kesepian, hingga menurunnya semangat dan motivasi dalam belajar. Oleh karena itu, fase awal adaptasi menjadi masa yang cukup rentan bagi santri baru dan memerlukan perhatian serta pendampingan yang tepat agar mereka dapat menyesuaikan diri dengan baik dan menjalani kehidupan pesantren secara lebih nyaman.[9]

Dalam konteks tersebut, bimbingan konseling memiliki peran yang sangat penting sebagai bentuk pendampingan bagi santri, khususnya santri baru yang sedang berada pada masa penyesuaian diri. Kehadiran layanan bimbingan konseling di lingkungan pesantren menjadi sarana yang membantu santri untuk memahami kondisi diri mereka, baik dari segi emosi, sikap, maupun kemampuan dalam menghadapi tuntutan lingkungan pesantren yang baru. Selain itu, bimbingan konseling juga berperan dalam membantu santri memahami situasi dan aturan pesantren sehingga mereka dapat beradaptasi secara lebih positif.[10]

Melalui layanan bimbingan pribadi dan sosial, santri dibimbing untuk mengenali dan mengelola emosi yang muncul, seperti rasa cemas, rindu rumah, atau perasaan tertekan akibat perubahan lingkungan. Bimbingan konseling juga membantu santri dalam mengembangkan kepercayaan diri, sehingga mereka tidak merasa rendah diri atau terasing di lingkungan pesantren. Di samping itu, santri diarahkan untuk membangun hubungan sosial yang sehat, baik dengan teman sebaya, kakak kelas, maupun pengasuh pesantren. Dengan adanya pendampingan yang berkelanjutan melalui bimbingan konseling, santri diharapkan mampu menghadapi berbagai tantangan adaptasi dengan lebih tenang, mandiri, dan siap menjalani kehidupan pesantren secara optimal.[11]

Hasil kajian juga menunjukkan bahwa keberhasilan bimbingan konseling di pesantren sangat dipengaruhi oleh dukungan dari lingkungan sekitar. Dukungan tersebut meliputi peran ustadz dan ustadzah, musyrif dan musyrifah, serta kebijakan pesantren yang memberi ruang dan perhatian pada layanan bimbingan konseling. Jika seluruh pihak di pesantren saling bekerja sama, maka layanan konseling dapat berjalan dengan lebih baik. Bimbingan konseling yang dilaksanakan secara terencana, terstruktur, dan berkelanjutan terbukti membantu santri dalam proses adaptasi. Santri menjadi lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren, merasa lebih nyaman, dan mampu menjalani aktivitas sehari-hari dengan sikap yang lebih tenang dan positif. Dengan demikian, dukungan lingkungan pesantren menjadi faktor penting dalam meningkatkan efektivitas bimbingan konseling bagi santri.[12]

Bentuk-bentuk Kesulitan Adaptasi yang Dialami Santri Baru di Pondok Pesantren

Santri baru sering mengalami berbagai kesulitan ketika pertama kali tinggal di pondok pesantren. Kesulitan yang paling umum adalah kesulitan emosional, seperti merasa rindu rumah (homesickness), cemas, sedih, dan takut tidak bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Hal ini terjadi karena santri harus berpisah dari orang tua dan mulai hidup mandiri dengan aturan yang ketat.[13] Selain itu, santri juga mengalami kesulitan sosial, misalnya sulit bergaul dengan teman baru, merasa minder, atau belum terbiasa hidup bersama dalam satu asrama. Perbedaan latar belakang, kebiasaan, dan karakter antar santri sering menimbulkan rasa tidak nyaman di

[9] Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah* (Rineka Cipta, 2018).

[10] Lalu Pradipta Jaya Bahari et al., "Therapy of Mental Disorders in Adolescents: An Analytical Study of Tafsir Al-Misbah," *Counseling As Syamil Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Islam* 4, no. 2 (2024): 52–66.

[11] Prayitno and E. Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling* (Rineka Cipta, 2015).

[12] T. Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Dan Konseling Islami* (UII Press, 1992).

[13] Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* (Remaja Rosdakarya, 2017).

awal masa tinggal di pesantren.[14] Kesulitan lainnya adalah kesulitan akademik dan disiplin, seperti belum terbiasa dengan jadwal kegiatan yang padat, aturan pondok, serta metode pembelajaran yang berbeda dengan sekolah sebelumnya. Hal ini dapat menyebabkan santri merasa tertekan dan kelelahan.[15]

Strategi dan Intervensi Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Kesulitan Adaptasi

Guru Bimbingan dan Konseling (BK) memiliki peran penting dalam membantu santri baru mengatasi kesulitan adaptasi. Salah satu strategi yang dilakukan adalah layanan orientasi, yaitu memperkenalkan lingkungan pondok, aturan, dan kegiatan pesantren agar santri lebih memahami dan merasa nyaman dengan lingkungan barunya.[16] Selain itu, guru BK memberikan layanan konseling individu, terutama bagi santri yang mengalami masalah emosional seperti rindu rumah, stres, atau kecemasan. Melalui konseling ini, santri dibantu untuk mengungkapkan perasaan dan mencari solusi secara bertahap.[17] Guru BK juga melakukan konseling kelompok dan bimbingan sosial, seperti kegiatan diskusi, motivasi, dan pembinaan kebersamaan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan rasa percaya diri, mempererat hubungan antar santri, serta membantu mereka belajar menyesuaikan diri secara sosial.[18]

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan konseling memiliki peran yang sangat penting dalam membantu santri beradaptasi di lingkungan pondok pesantren. Santri baru umumnya menghadapi berbagai kesulitan dalam proses penyesuaian diri, baik dari aspek emosional, sosial, maupun akademik. Perubahan lingkungan, aturan yang ketat, serta jarak dengan keluarga sering menjadi faktor yang menimbulkan tekanan dan ketidaknyamanan bagi santri pada masa awal tinggal di pesantren.

Melalui layanan bimbingan konseling, santri dapat memperoleh pendampingan untuk mengenali dan memahami kondisi diri mereka, terutama dalam mengelola perasaan seperti cemas, rindu rumah, dan stres. Selain itu, bimbingan konseling juga membantu santri dalam mengembangkan kemampuan sosial, membangun kepercayaan diri, serta menyesuaikan diri dengan pola kehidupan dan budaya pesantren. Dengan adanya dukungan bimbingan konseling yang dilaksanakan secara terarah dan berkelanjutan, santri diharapkan mampu beradaptasi dengan lebih baik, merasa nyaman, dan menjalani kehidupan pesantren secara positif sehingga proses belajar dan pembinaan dapat berlangsung secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

Ali, M., and M. Asrori. *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Bumi Aksara, 2016.

Arifin, M. *Bimbingan Dan Konseling Islam*. Bumi Aksara, 2017.

Bahari, Lalu Pradipta Jaya, Burhanudin Burhanudin, and Hamzanwadi Hamzanwadi. "Therapy of Mental Disorders in Adolescents: An Analytical Study of Tafsir Al-Misbah." *Counseling As Syamil Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Islam* 4, no. 2 (2024): 52–66.

Bogdan, Robert, and Sari Knopp Biklen. *Qualitative Research for Education: An Introduction to Theory and Methods*. 3rd ed. Allyn and Bacon, 1998.

[14] M. Ali and M. Asrori, *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik* (Bumi Aksara, 2016).

[15] Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*.

[16] Prayitno and Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*.

[17] Prayitno and Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*.

[18] W. S. Winkel and Sri Hastuti, *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan* (Media Abadi, 2014).

Daulay, Haidar Putra. *Pendidikan Islam Dalam Perspektif Filsafat*. Kencana Prenada Media Group, 2014.

Desmita. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Remaja Rosdakarya, 2017.

Dhofier, Zamakhsyari. *Tradisi Pesantren: Studi Tentang Pandangan Hidup Kyai*. LP3ES, 2011.

Miles, M. B., A. M. Huberman, and J. Saldaña. *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*. Edited by 3rd. Sage Publications, 2014.

Moleong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. PT Remaja Rosdakarya, 2019.

Musnamar, T. *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Dan Konseling Islami*. UII Press, 1992.

Nurihsan, Achmad Juntika. *Bimbingan Dan Konseling Dalam Berbagai Latar Budaya*. Refika Aditama, 2013.

Prayitno, and E. Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Rineka Cipta, 2015.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D*. Alfabeta, 2021.

Sukardi. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Rineka Cipta, 2018.

Winkel, W. S., and Sri Hastuti. *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*. Media Abadi, 2014.