

# Implementasi keterampilan sosial: Adab berteman santri baru (Perspektif psikologi Islam)

Vera Imanti<sup>1</sup>, Meti Puspitasari<sup>2</sup>, Muhammad Husin Al Fatah<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Islam Negri Raden Mas Said Surakarta

<sup>2</sup>Universitas Muhammadiyah Surakarta

\*veraimantiz@gmail.com

## Abstract

*Pondok Pesantren (Islamic boarding schools) are educational institutions that focus on religious knowledge, where Santri (santris) are required to live for some time away from home and family. Santri must be able to adjust themselves so that they can achieve the main goal of completing education at the pesantren. This study aims to theoretically explain the adjustments made to the Adab (etiquette) of friendship. The research uses qualitative methods with data collection in the form of Focus Group Discussion (FGD). The participants in this study were 42 new santris at Islamic boarding school X who were divided into four groups. There are important points that became the findings of this study, including (a) new santris overcoming problems of adjusting to friendship manners such as spreading love to each other, caring for others, helping others, etc. (b) aspects of self-adjustment regarding self-forgiveness show little etiquette of friends because this aspect is related to self-forgiveness internally, and (c) santris have self-confidence to overcome difficulties in adapting (self-efficacy).*

**Keywords:** Adab, Social Skill, Self Adjustment, Santri, Pondok Pesantren

## Abstrak

Pesantren merupakan lembaga pendidikan yang berfokus pada ilmu agama, di mana santri yang diharuskan tinggal selama beberapa waktu jauh dari rumah dan keluarga. Santri harus mampu untuk menyesuaikan diri sehingga dapat mencapai tujuan utama yaitu menyelesaikan pendidikan di pesantren. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan secara teoritis mengenai penyesuaian diri yang dilakukan dengan adab berteman. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pengambilan data berupa *Focus Grup Discussion* (FGD). Partisipan dalam penelitian ini yaitu 42 santri baru pada pondok pesantren X yang dibagi dalam empat kelompok. Terdapat poin-poin penting yang menjadi temuan penelitian ini, antara lain (a) santri baru mengatasi permasalahan penyesuaian diri dengan adab berteman seperti saling menebar kasih sayang, peduli pada orang lain, tolong menolong dll. (b) aspek penyesuaian diri mengenai pemaafan diri kurang menunjukkan adab berteman karena aspek ini terkait pemaafan diri secara internal, dan (c) santri memiliki keyakinan diri dapat melewati kesulitan dalam beradaptasi (*self-efficacy*).

---

**Article Information:** Received February 02, 2023, Accepted August 01, 2023, Published August 25, 2023

Copyright (c) 2023 Tawazun: Jurnal Pendidikan Islam

This article is licensed under Creative Commons License **CC-BY-SA**

**Kata Kunci:** Adab, Keterampilan Sosial, Penyesuaian Diri, Santri, Pondok Pesantren.

## Pendahuluan

Masyarakat saat ini disajikan dengan berbagai macam alternatif pendidikan, baik pendidikan formal ataupun non formal. Masyarakat bebas menyesuaikan kebutuhan dan target yang sesuai untuk pendidikan putra putrinya. Beberapa tahun terakhir pondok pesantren menjadi pilihan orang tua sebagai tempat menimba ilmu bagi putra putrinya. Motivasi orang tua menyekolahkan anaknya di pondok pesantren adalah agar anak mendapatkan pendidikan akhlak yang tepat, fondasi pendidikan agama yang kuat yang diberikan oleh Kyai ataupun ustadz, adanya teladan yang baik, aktivitas keseharian yang positif, terdapat materi sekolah, orang tua merasa tidak maksimal dalam mendidik di rumah, biaya sekolah terjangkau, serta beberapa di antaranya orang tua merupakan alumni pondok (Mahu, Abdurrahman, 2019; Supriatna, 2018; Syaiful, 2020). Dengan demikian generasi penerus ini memiliki fondasi akidah dan keimanan yang kuat, serta siap menghadapi tantangan perubahan jaman yang begitu cepat.

Pondok pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan Islam tertua di Indonesia. Awalnya pondok pesantren yang didirikan masih menggunakan metode tradisional untuk mendalami ilmu-ilmu agama Islam yang digunakan sebagai pedoman hidup (*tafaqquh fi al-din*) dan sikap bermoral dalam sosial bermasyarakat menjadi hal penting yang ditekankan (Mastuhu, dalam Syafe'i, 2017). Saat ini pondok pesantren semakin berkembang dengan metode dan target pencapaian yang bermacam-macam. Data Kementerian Agama dalam DataIndonesia.id menyatakan terdapat 26,975 unit pesantren di Indonesia, dengan jumlah santri 2,65 juta per April 2022. Jumlah tersebut terdiri dari 1,44 juta santri bermukim dan 1,2 juta santri tidak bermukim. Adapun tujuan dari pondok pesantren adalah membentuk kepribadian dan karakter islami, menguatkan akidah dan akhlak, serta *life skill* yang disesuaikan dengan perubahan jaman.

Sistem pembelajaran yang mengharuskan santri untuk tinggal selama beberapa waktu di pondok pesantren, mengharuskan santri jauh dari rumah dan keluarga (Khotimah et al., 2020). Tahun-tahun awal bagi santri baru merupakan waktu yang sulit untuk beradaptasi. Banyak hal untuk segera menyesuaikan diri, baik dari kegiatan/ aktivitas, teman yang berasal dari daerah yang berbeda-beda, karakteristik, kepribadian, kebiasaan, serta dituntut untuk mandiri. Perbedaan yang signifikan tersebutlah yang membuat para santri baru untuk segera beradaptasi dengan teman dan lingkungan baru, di mana kondisi tersebut juga

dapat menjadi sumber *stressor* bagi santri baru (Haiffahningrum, 2022; Meidiana Pritaningrum, 2013). Di sinilah kemampuan menyesuaikan diri berperan penting pada santri-santri baru, karena mereka akan berinteraksi dan tinggal di pondok pesantren untuk waktu yang tidak sebentar.

Menurut Schneiders (dalam Nuryani, 2019) penyesuaian diri merupakan kecakapan individu untuk menyeimbangkan kondisi mental dan tingkah laku dalam menghadapi tuntutan-tuntutan dari lingkungan maupun diri sendiri. Proses tersebut berlangsung secara dinamis dan terus menerus dengan tujuan untuk mengubah perilaku agar mendapatkan hubungan yang serasi dan seimbang antara diri dan lingkungan (Fahmi, 1977). Lingkungan tersebut menurut Sobur (2011) mencakup tiga segi, yaitu (1) lingkungan alamiah, hal-hal terkait kebutuhan vital dan alami individu, seperti pakaian, tempat tinggal, ataupun makanan; (2) lingkungan sosial dan budaya, yaitu lingkungan di mana individu tersebut tinggal termasuk anggota-anggotanya, aturan adat kebiasaan yang mengatur hubungan interaksi antar individu satu dengan yang lainnya; (3) lingkungan diri, cara individu mengelola, mengatur, menguasai, dan mengendalikan diri jika keinginan dan tuntutan tidak sesuai harapan. Selain itu dibutuhkan pula kematangan emosi, kematangan sosial, kematangan intelektual, dan tanggung jawab secara personal (Desmita, 2010).

Hasil wawancara dengan beberapa santri mengungkapkan bahwa santri baru kesulitan dalam beradaptasi terhadap perubahan kebiasaan di rumah dengan di pondok pesantren. Menghadapi teman yang berasal dari daerah yang berbeda-beda, sulit memahami kondisi teman, lelah untuk terus berusaha memahami teman, tidak berbagi, merasa disalahkan, rindu rumah dan orang tua, hingga beradaptasi dengan menu makanan. Kondisi baru ini harus dihadapi, karena santri akan tinggal lebih lama di pondok pesantren maka segera beradaptasi akan membantunya menghadapi tugas, proses pembelajaran, serta sosial *skill*. Hasil penelitian Yuniar dkk. (2005 dalam Pritaningrum, 2013; Yunani & Hartini, 2021) 5-10% setiap tahunnya santri baru di Pondok Pesantren Modern Islam Assalam Surakarta mengalami permasalahan penyesuaian diri ditunjukkan dengan perilaku tidak mampu mengikuti pelajaran, tidak betah tinggal di asrama, tidak bisa jauh dari orang tua, serta perilaku melanggar aturan pondok. Permasalahan terkait penyesuaian diri santri baru merupakan tantangan bagi lembaga pondok pesantren, karena akan berpengaruh pada proses pembelajaran (Umroh, 2021).

Permasalahan santri baru masih menjadi hal yang perlu diatasi oleh pondok pesantren. Penelitian Said et al (2015) menyatakan terdapat 3 aspek permasalahan yang ditemui santri baru, yaitu aspek psikologis, aspek akademik,

dan aspek relasional. Di mana terdapat dua strategi *coping* yang dilakukan santri baru, yaitu (1) problem fokus *coping* berupa bersosialisasi secara positif, lapor pada pihak pondok, serta mengikuti kegiatan ekstrakurikuler; (2) *emotional focus coping* berupa berpikir positif, bersabar, menangis, mengendalikan emosi, menerima keadaan, pergi dari pondok, berbagi cerita, dan mencari hiburan di luar pondok. Strategi *coping* yang dilakukan santri baru tersebut menunjukkan usaha untuk beradaptasi. Namun strategi penyelesaian masalahnya tidak tuntas, dan kurang sesuai dengan konsep-konsep Islam.

Gagal dalam menyesuaikan diri maka akan berdampak pada interaksi dan aktivitas selanjutnya. Terdapat 121 responden, 70% mampu beradaptasi disertai motivasi yang tinggi, dan 76,5% kemampuan adaptasi yang buruk dengan motivasi yang rendah (Khotimah et al., 2020). Hal ini akan mempengaruhi prestasi akademis, persepsi, suasana hati (emosi), sikap-sikap sosial, pengambilan keputusan, hingga motivasi (Nuryani, 2019). Faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah kemampuan beradaptasi pada diri sendiri, dan kemampuan beradaptasi pada lingkungan luar. Menurut Schneiders (1999) faktor internal terkait *heredity*, fisik, serta kematangan diri yaitu kematangan emosi, kognitif, dan sosial; sedangkan faktor eksternal yaitu dukungan sosial dan budaya. Dalam konsep-konsep Islam, kedua faktor tersebut telah diajarkan, khususnya tentang adab.

Adab akan membentuk perilaku seseorang sesuai dengan syari'at Islam, dan telah dicontohkan oleh Rasulullah saw. Ditegaskan dengan sabda Rasulullah Saw. dalam hadits yang diriwayatkan oleh Ibnu Mas'ud (dalam Fauri) "Sesungguhnya Allah '*azawajalla* telah mendidikku dengan adab yang baik (dan jadilah pendidikan adabku istimewa)". Selanjutnya Rasul mengajarkan adab pada para sahabat, generasi muda dengan contoh langsung dalam kehidupan. Madinah dibangun dengan menjunjung tinggi keadaban dan peradaban dalam kehidupan sehari-hari, dan terus menjaga nilai-nilai adab hingga saat ini (Ali, 2017).

Taqwa dapat menuntun seorang muslim untuk berperilaku beradab, karena takwa merupakan simbol dari karakter manusia yang berbudi luhur (Nazam, 2022). Secara internal, adab akan mengontrol perilaku seseorang, kepatuhan pada teladan dan ajaran yang akan membentuk perilaku. Secara eksternal, adab ditunjukkan dengan sikap dan perilaku yang baik dan tidak merugikan orang lain ataupun lingkungan. Hal ini dikarenakan adab merupakan bagian dari akhlak Islam, di mana syariat Islam terdiri dari akidah, ibadah, akhlak, dan muamalah (Machsun, 2016).

Imam Al-Ghazali (1998) dalam *Ihya 'Ulum al-Din* merumuskan tentang akhlak yang dikutip oleh Hamzah Yaqub dalam kitab *Ihya 'Ulum Al-Din* (1998) di antaranya (1) Akhlak mengubah jiwa dari sifat-sifat buruk menjadi sifat-sifat baik seperti yang dilakukan oleh para nabi, ulama, syuhada, dan shidiqin; (2) Akhlak menjadi penyeimbang kekuatan berpikir, kekuatan hawa nafsu, dan kekuatan amarah; (3) Akhlak merupakan kebiasaan jiwa yang menumbuhkan perbuatan dan tingkah laku terpuji tanpa berpikir; (4) Hati mendorong untuk melakukan kebaikan-kebaikan; (5) Melatih jiwa sehingga menguasai dan mengubah tindakan yang condong pada akhlak terpuji. Dengan demikian adab yang di dalamnya terdapat unsur akidah, ibadah, akhlak dan juga muamalah, dapat menuntun dan membentuk perilaku serta mengontrol keinginan seseorang kepada perilaku yang terpuji. Memperbaiki adab artinya memperbaiki cara berpikir, mengontrol keinginan dengan mencondongkan hati, mengubah kebiasaan-kebiasaan, serta membentuk perilaku dengan dasar keimanan, Alquran dan hadits.

Adab menaungi semua segi kehidupan manusia, sehingga adab dapat menjadi salah satu solusi yang disediakan dalam ajaran Islam. Menurut Ibn Hajr Al-'Asqalany (dalam Nurdin, 2015) konsep adab mencakup hubungan yang lengkap, yaitu terdiri dari hubungan manusia dengan Allah Swt. (*hablumminallah*), hubungan manusia dengan dirinya sendiri, serta hubungan manusia dengan manusia lainnya (*hablumminannas*). Di mana lebih khusus lagi Nurdin (2015) menyampaikan bahwa adab berteman meliputi sikap-sikap saling menebarkan kasih sayang dan mendoakan, peduli pada orang lain dan saling menolong, toleransi, tenggang rasa, saling menghargai dan menghormati, menjauhi sikap sombong dan berlebihan.

Menurut al-Mishri (dalam Indra et al., 2022) salah satu solusi menghadapi perkembangan remaja adalah dengan mengenalkan konsep ajaran Islam lebih dekat, seperti adab bicara, adab mendengarkan, adab terhadap orang tua-guru-teman, adab berkomunikasi, adab bercanda, adab bertamu dan berjabat tangan, serta adab bermajelis ilmu. Dengan demikian pemahaman terhadap adab sesuai dengan syariat Islam dapat membantu santri dalam mengatasi masa-masa penyesuaian diri pada masa awal tinggal di pondok pesantren.

## Metode Penelitian

Penelitian ini mempelajari tentang variabel adab berteman sebagai solusi penyesuaian diri pada santri baru. Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh santri baru program khusus Pondok pesantren X yang berjumlah 42 santri. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan penggalan data

berupa *focus group discussion* (FGD). Teknik penggalian data berupa FGD dipilih oleh peneliti karena tepat untuk menggali data dengan karakteristik tertentu. Berikut ini adalah rancangan FGD yang digunakan dalam penggalian data.

Topik FGD	: Penyesuaian diri pada santri baru
Tujuan	: Mengetahui permasalahan penyesuaian diri pada santri baru, serta solusi yang mereka lakukan
Frekuensi	: satu kali pertemuan
Jumlah kelompok	: pada penyelenggaraan FGD terdapat 4 kelompok, yaitu 2 kelompok laki-laki dan 2 kelompok perempuan. Masing-masing kelompok terdiri dari 8-10 orang.
Fasilitator	: Sarjana psikologi dan Psikolog
Tempat	: Pondok Pesantren X
Perlengkapan	: Ruang diskusi dan alat tulis
Desain petunjuk diskusi	: Pembukaan, perkenalan, pertanyaan umum, diskusi, <i>ice breaking</i> dan penutup

Untuk proses FGD yang efektif, peneliti menggunakan beberapa teknik pada waktu pelaksanaan FGD di antaranya (1) klarifikasi, yang dilakukan setelah peserta menjawab pertanyaan, fasilitator mengulangi jawaban peserta dalam bentuk pertanyaan untuk meminta penjelasan lebih lanjut, (2) reorientasi yaitu fasilitator menggunakan jawaban seorang peserta untuk ditanyakan kembali kepada peserta lain (3) peserta yang dominan, apabila terdapat peserta yang dominan, fasilitator harus lebih banyak memperhatikan peserta lain supaya mereka dapat berpartisipasi. (4) peserta yang diam, jika terdapat peserta yang kurang berpartisipasi maka perlu diperhatikan dengan menyebut namanya

## Hasil dan Pembahasan

### A. Hasil Observasi

Observasi dilakukan selama proses FGD berlangsung. Berdasarkan hasil observasi ditemukan beberapa pola interaksi pertemanan dan karakteristik individu dalam penyesuaian diri di pondok pesantren. Terdapat beberapa santri putri yang masih independen dan belum memiliki kelompok pertemanan, bahkan enggan untuk berbicara. Namun juga terdapat santri yang sudah memiliki kelompok pertemanan, dari dua orang hingga lebih.

Dalam proses FGD juga ditemukan santri yang cukup mendominasi diskusi, santri tersebut banyak menceritakan mengenai perasaannya selama di pondok pesantren. Ketika ada teman yang sedang menceritakan mengenai suatu topik, santri tersebut langsung mengatakan ia juga merasakan hal yang sama dan menceritakannya lebih jauh. Observasi secara keseluruhan, santri belum memiliki kedekatan yang terlalu lekat dengan teman lainnya. Sebagian besar,



santri menunjukkan kesedihannya dengan menangis karena proses adaptasi yang sedang berlangsung dan ingin pulang karena belum merasa nyaman berada di pondok pesantren.

## B. Hasil FGD

Berdasarkan hasil FGD yang telah dilakukan, setiap santri memiliki pola adaptasi yang hampir sama, yaitu mengawali adaptasi dengan berinteraksi menggunakan adab berteman kepada santri lainnya. Berikut adalah tabel rincian hasil wawancara berdasarkan aspek dari teori penyesuaian diri Schneiders (1964):

**Tabel Temuan Data FGD**

Aspek	Hasil wawancara	KEL 1	KEL 2	KEL 3	KEL 4
<b>Penyesuaian diri</b>	<b>Tidak terdapat emosionalitas yang berlebihan</b>				
	Jika ada masalah dengan teman, Santri melakukan <i>tabayyun</i> terlebih dahulu dan tidak emosional	√	√	√	
	Santri tidak meluapkan emosi secara maladaptif saat sedang konflik dengan teman	√	√	√	√
	Jika sedang beradu pendapat, Santri memilih perkataan yang baik dan mengembalikannya pada ustadzah	√	√	√	√
<b>Tidak terdapat mekanisme psikologis</b>	Saat melakukan kesalahan, Santri mencoba meminta maaf dan memulai kembali hubungan dengan baik	√	√	√	√
	Santri meyakini akan ada hasil dari usaha yang telah dilakukan untuk menyesuaikan diri	√	√	√	√
<b>Tidak terdapat perasaan frustrasi personal</b>	Santri yang masih belum bisa melakukan penyesuaian diri optimis mencoba cara lain untuk melakukan pendekatan dengan teman		√	√	√
	Santri mampu memunculkan motivasi untuk menyesuaikan diri dilingkungan pondok pesantren	√	√		√
<b>Kemampuan untuk belajar</b>	Saat terlibat konflik dengan teman, Santri dapat mengambil pelajaran dari kesalahan tersebut dan memperbaikinya di kesempatan yang akan datang	√		√	√
	Santri menyadari akan proses belajar dalam penyesuaian diri karena juah dari keluarga	√		√	√

<b>Pemaafan pengalaman masa lalu</b>	Santri dapat memaafkan kesalahannya dimasa lalu sehingga tidak merasa rendah diri akan kesalahannya dan berani untuk berusaha menyesuaikan diri	√		√
	Santri mampu memaafkan masa lalunya dan menampilkan perilaku yang baik terhadap temannya		√	√
<b>Sikap realistik dan objektif</b>	Santri mampu menilai situasi di mana ia harus melakukan sesuatu untuk dapat menarik perhatian temannya sehingga terjalin hubungan yang baik	√	√	√
	Santri mampu menilai perilaku teman secara objektif dan realistis sehingga tidak berpikir negatif yang menyebabkan konflik	√	√	√
<b>Pertimbangan rasional dan mengarahkan diri</b>	Santri mampu melakukan pertimbangan sebelum bertindak sehingga tidak menyebabkan konflik	√	√	√

Kesimpulan dari hasil FGD, hampir seluruh Santri melakukan penyesuaian diri dengan mempraktikkan adab berteman. Seperti saling tolong menolong, sikap saling menebar kasih sayang dan mendoakan, peduli pada orang lain, toleransi, tenggang rasa, saling menghargai, menghormati, menjauhi sikap sombong dan berlebihan. Adab efektif sebagai usaha untuk melakukan penyesuaian diri di pondok pesantren karena interaksi yang sehat akan terbentuk melalui adab berteman. Penyesuaian diri sangat penting dilakukan mengingat pertemanan di pondok pesantren sangat intim. Setiap hari Santri berinteraksi satu dengan yang lainnya dan jauh dari orang tua serta keluarga menyebabkan Santri perlu untuk saling tolong menolong, saling memberikan perhatian, dan lain-lain hingga masa pendidikan selesai.

### C. Pembahasan

Data FGD yang didapatkan menunjukkan adanya sikap-sikap yang beradab dari para santri, meskipun cukup berat untuk menyesuaikan diri di lingkungan baru dan jauh dari keluarga. Merujuk pada aspek-aspek penyesuaian diri Schneiders (1999); (1) tidak menunjukkan sikap emosional, (2) minimalisir mekanisme pertahanan diri, (3) kemampuan mengurangi rasa frustrasi, (4) kemampuan untuk belajar, (5) pemaafan masa lalu, (6) bersikap realistik dan objektif, dan (7) berpikir rasional.



Santri tidak menunjukkan sikap emosional yang berlebihan. Solusi yang santri lakukan ketika sedang berkonflik adalah ber-*tabayyun* terlebih dahulu. Seperti yang tertulis pada Q.S al-Hujurat (49):6 yang artinya “*Hai orang-orang yang beriman, jika datang kepadamu orang fasik membawa suatu berita, maka periksalah dengan teliti agar kamu tidak menimpakan suatu musibah kepada suatu kaum tanpa mengetahui keadaannya yang menyebabkan kamu menyesal atas perbuatan itu.*” Melakukan konfirmasi dan memvalidasi data dari berbagai pihak sebelum bertindak, dapat meluaskan sudut pandang, persepsi, meredakan emosi, dan menghindari membuat keputusan secara tergesa-gesa. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Diana (2015) terdapat 3 bentuk penyesuaian kognitif, yaitu atribusi kognitif, empati dan altruisme, di mana atribusi kognitif akan membentuk mekanisme agar persepsi membentuk cara berpikir yang positif. Sedangkan konflik akan menyajikan atribusi positif dan negatif secara beriringan, dengan selalu melihat sisi positif, maka atribusi positif akan mengarahkan persepsi ke arah yang positif. Meminimalisir niat konflik sosial akan mengubah stereotip ke arah cara berpikir yang lebih positif, menyadari identitas sosial tidak mempengaruhi penilaian objektif terhadap kelompok lain, sehingga mengurangi prasangka dan terwujud situasi damai (Suyono & Nirwanasari, 2022). Santri baru menunjukkan adab berteman yaitu saling menghargai dan menghormati, serta menjauhi sikap sombong dan berlebihan. Temuan pada aspek ini adalah santri baru melakukan *tabayyun*, mengontrol emosi, serta mencari mediator ketika menghadapi perselisihan.

Santri baru menunjukkan adab berteman dengan bertoleransi dengan situasi-situasi yang baru dan berbeda yang ditemui. Santri baru meyakini akan ada hasil yang baik dari usaha yang baik dengan baik sangka kepada Allah seperti pada hadits yang diriwayatkan oleh Tabrani dan Ibnu Hibbah yang artinya “*apabila ia berprasangka baik maka ia akan mendapatkan kebaikan. Adapun bila ia berprasangka buruk kepada-Ku maka ia akan mendapatkan keburukan*”. Keyakinan diri (*self-efficacy*) akan mempengaruhi motivasi, kemampuan belajar, dan kinerja individu, dengan demikian individu akan berusaha menyelesaikan tugas (tantangan) yang diyakini dapat dilakukan dengan baik (Lunenburg, dalam Lianto, 2019). Di sini santri mempelajari kondisi, permasalahan, tantangan, hingga pada pencapaiannya. *Self-efficacy* yang dimiliki santri baru berdasarkan teori (Albert Bandura, 1997) yaitu *self-efficacy* berangkat dari teori kognitif sosial (pembelajaran sosial), di mana individu terdorong mempelajari perilaku tertentu melalui pengamatan dan peniruan, mencoba memahami faktor-faktor lingkungan yang akan menyukai perilakunya, dengan usaha menghilangkan/mengubah faktor-faktor yang tidak disukainya.

Santri baru menunjukkan kemampuan dalam berusaha dan memotivasi diri untuk terus beradaptasi dengan lingkungan barunya. Pada aspek ketiga ini juga menunjukkan *self-efficacy* yang disertai dengan motivasi yang tinggi. Santri baru mengingat kembali niat dan tujuan awal masuk pondok pesantren yaitu untuk menuntut sebagai jalan menuju surga, seperti yang tertera dalam hadits riwayat HR Muslim no. 2699 yang artinya *“siapa yang menempuh jalan untuk mencari ilmu, maka Allah akan memudahkan baginya jalan menuju surga”*, hal ini akan menguatkan mereka ketika menghadapi konflik atau rintangan. Hasil penelitian Khotimah et al (2020) tujuan santri memiliki motivasi masuk ke pondok pesantren adalah agar menguatkan mental, kepercayaan diri, serta kenyamanan, karena semakin tinggi motivasinya maka semakin baik dalam beradaptasi dalam menjalankan aktivitas di pondok pesantren.

Adab berteman tenggang rasa, yaitu perilaku menghormati, memahami dan menghargai orang lain seperti hadits yang diriwayatkan oleh Bukhari yang artinya *“jauhilah prasangka buruk, karena prasangka buruk adalah ucapan yang paling dusta. Dan janganlah kalian saling mendiamkan, janganlah suka mencari-cari kesalahan, saling mendengki, saling membelakangi, serta saling membenci. Dan jadilah kalian hamba-hamba Allah yang saling bersaudara.”*. Unsur-unsur tersebut sejalan dengan pendapat Sobur (2003) adanya akumulasi pengalaman, pengamatan sikap yang diterima dan yang tidak, serta hasil peniruan baik secara sadar maupun tidak. Perubahan perilaku tersebut didasari dengan kemampuan mengerahkan diri yaitu tenggang rasa, sehingga dapat menjadi batas untuk bertindak dan menentukan perilaku atau sikap baru. Penelitian terdahulu oleh Suhendri (2017) menyatakan tenggang rasa merupakan sikap menghargai dan menghormati orang lain dengan (1) memberikan hak-hak orang lain, (2) peduli terhadap orang lain, (3) mengendalikan ucapan dan tingkah laku, serta (4) tidak mengganggu orang lain. Beberapa sikap yang ditunjukkan santri baru adalah berbagi kamar, membantu teman yang kesulitan, berhati-hati dalam berbicara memikirkan dampak dan kemungkinan yang terjadi jika salah bicara.

Santri baru menyatakan dengan memaafkan diri sendiri atas kesalahan di masa lalunya tidak menjadikannya rendah diri. Pemaafan ini terkait dengan diri sendiri, sehingga santri tidak dihantui oleh rasa bersalah. Beberapa penelitian menyatakan pemaafan diri (terapi pemaafan) dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (Larasati & Widyastuti, 2020), kesehatan mental (Yuliatun & Megawati, 2021), menurunkan emosi negatif (Martha & Kurniati, 2018), membentuk kerendahan hati (Kusprayogi & Nashori, 2017), juga mempertimbangkan makna hidup sebagai pembelajaran dari kesalahan (Wijaya & Shanti, 2020).

Adab berteman pada aspek ini ditunjukkan dengan sikap tidak berlebihan, menjauhi sikap sombong, menghargai dan menghormati, serta peduli pada orang lain seperti potongan hadits yang diriwayatkan oleh Muslim yang artinya “*barang siapa yang menghilangkan kesusahan dari kesusahan-kesusahan dunia orang mukmin, maka Allah akan menghilangkan kesusahan dari kesusahan-kesusahan hari kiamat.*”. Santri baru menunjukkan kemampuan menilai situasi yang sesuai, tidak berlebihan, dengan menunjukkan sikap-sikap yang dapat diterima oleh lingkungan untuk menjalin interaksi dengan teman. Santri juga menyusun cara berpikir yang cukup rasional, meskipun terkadang mereka masih ingin dimengerti akan kekurangan dirinya. Konsep ini dalam Islam dikenal dengan istilah *tawadhu*, sikap rendah hati, sikap yang dibentuk oleh persepsi, cara berpikir, bertindak terhadap situasi dengan mengagungkan orang lain atas keutamaan dan menerima kebenaran (Rozak, 2017).

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijabarkan, santri baru dapat mengatasi permasalahan penyesuaian diri dengan adab berteman. Salah satu konsep Islam yang disajikan sebagai solusi mengatasi adaptasi remaja khususnya santri baru di pondok pesantren. Menggunakan teori penyesuaian diri Schnedeirs menunjukkan bahwa 6 dari 7 aspek penyesuaian diri berdasarkan adab berteman. Satu aspek terkait pemaafan diri kurang menunjukkan adab berteman dikarenakan aspek ini terkait internal diri. Beberapa adab berteman yang ditemukan dari hasil FGD di antaranya saling menebar kasih sayang, peduli pada orang lain, tolong menolong, toleransi, tenggang rasa, menghargai dan menghormati, serta menjauhi sikap sombong dan berlebihan. Sedangkan temuan FGD dari santri baru di pondok pesantren X yaitu adanya *self-efficacy* yaitu keyakinan diri dapat melewati kesulitan dalam beradaptasi, melakukan *tabayyun* agar menghindari dan menyelesaikan konflik, memiliki motivasi untuk beradaptasi dengan mengingat niat dan tujuan awal masuk ke pondok pesantren, dapat mengambil hikmah di setiap kejadian, serta memaafkan diri sendiri.

## Daftar Pustaka

- Al-Ghazali, I., & Ihya 'Ulum al-Din. (1998). *Mengembangkan Ilmu-Ilmu Agama* (Jilid I ed). Pustaka Nasional Pte Ltd.
- Albert Bandura. (1997). *Self efficacy. The exercise of control*.
- Ali, U. S. (2017). *Peradaban Islam Madinah*. 15(2).
- Diana, R. R. (2015). Pengendalian Emosi Menurut Psikologi Islam. *Unisia*, 37(82), 41–47. <https://doi.org/10.20885/unisia.vol.37.iss82.art5>
- Haiffahningrum, D. N. S. (2022). Pengalaman Penyesuaian Diri Bagi Santri Baru di Lingkungan Pesantren X: Studi Fenomenologi. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 9, 1–13.
- Indra, H., Alim, A., Farisi, S. Al, Ibn, U., Bogor, K., & Barat, J. (2022). *Al-Madrasah : Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah KONSEP PENDIDIKAN KECERDASAN INTERPERSONAL PADA SISWA USIA MADRASAH MENURUT MAHMUD AL MISHRI Abstrak Al-Madrasah : Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah Al-Madrasah : Jurnal Ilmiah Pendidik*. 6(1), 66–77. <https://doi.org/10.35931/am.v6i1.842>
- Khotimah, K., Agrina, A., & Jumaini, J. (2020). Hubungan Remaja Masuk Pesantren Dengan Kemampuan Adaptasi. *Jurnal Ners Indonesia*, 10(2), 194. <https://doi.org/10.31258/jni.10.2.194-203>
- Kusprayogi, Y., & Nashori, F. (2017). Kerendahhatian dan Pemaafan pada Mahasiswa. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1), 12. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v1i1.963>
- Larasati, D. A., & Widyastuti, T. (2020). Pengembangan skala pemaafan diri. *Acta Psychologia*, 2(1), 80–90. <http://journal.uny.ac.id/index.php/acta-psychologia%0APengembangan>
- Lianto, L. (2019). Self-Efficacy: A Brief Literature Review. *Jurnal Manajemen Motivasi*, 15(2), 55. <https://doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409>
- Machsun, T. (2016). *Pendidikan Adab , Kunci Sukses Pendidikan*. 6.
- Mahu, Abdurrahman, N. (2019). *Motivasi orang tua menyekolahkan anaknya di pesantren sebagai sarana pembinaan akhlak*. 1(1), 1–13.
- Martha, K., & Kurniati, N. M. T. (2018). Efektivitas Terapi Pemaafan Dengan Model Proses Dari Enright Untuk Membantu Remaja Korban Perceraian Dalam Memaafkan Orang Tua. *Jurnal Psikologi*, 11(1), 10–24. <https://doi.org/10.35760/psi.2018.v11i1.2070>
- Meidiana Pritaningrum, W. H. (2013). Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik Pada Tahun Pertama. *Psikologi Kepribadian Dan Sosial*, 02(03), 135.
- Nazam, F. (2022). *Standardization of Taqwa ( Piety ) Scale for Muslims : An Exploratory Study*. 5(1), 30–39.

- Nuridin, I. F. (2015). *Perbandingan Konsep Adab Menurut Ibn Hajar Al- ' Asqalany dengan Konsep Pendidikan Karakter di Indonesia. IV.*
- Nuryani. (2019). Dampak Kesulitan Menyesuaikan Diri Pada Santri. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), 174–179.
- Rozak. (2017). INDIKATOR TAWADHU DALAM KESEHARIAN Purnama Rozak 1. *Jurnal Madaniyah*, 1, 174–187.
- Said, M., Psikologi, F., Airlangga, U., & Pustaka, T. (2015). *Strategi Coping Santri Baru : Studi Kasus di Ponpes Al-Amin Mojokerto.* 978–979.
- Suhendri, H. (2017). Pengembangan Instrumen Pengukuran Tenggang Rasa Peserta Didik. *Seminar Nasional Pendidikan PGRI*, 566–571.
- Supriatna. (2018). *Motivasi Orang Tua Memilih Pondok Pesantren Untuk Anaknya.* 24, 1–18.
- Suyono, H., & Nirwanasari, Y. (2022). *Contribution of Social Identity , Stereotypes and Prejudice on Intention of Social Conflict.* 197–220.
- Syafe'i, I. (2017). Pondok Pesantren: Lembaga Pendidikan Pembentukan Karakter. *Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam*, 8, 85–103.
- Syaiful. (2020). *Preferensi Orang Tua Dalam Memilih Pondok Pesantren Sebagai Tempat Pendidikan Bagi Anak.* 01(02), 118–128.
- Umroh, N. (2021). Patience and Adjustment to New Santri at Pondok Pesantren Manba'ul Hikam Sidoarjo: Kesabaran dan Penyesuaian Diri pada Santri Baru di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam Sidoarjo. *Proceeding of Inter-Islamic University Conference on Psychology*, 1(1), 1–6.
- Wijaya, A. C., & Shanti, T. I. (2020). Gambaran dinamika self-forgiveness dan meaning in life pada pelaku perselingkuhan dalam pernikahan. *Jurnal Psikologi Udayana*, 7(1), 31. <https://doi.org/10.24843/jpu.2020.v07.i01.p04>
- Yuliatun, I., & Megawati, P. (2021). Terapi Pemaafan Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Individu: Studi Literatur Forgiveness Therapy To Improve Individual Mental Health: a Literature Study. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 4(2), 90. <https://doi.org/10.31293/mv.v4i2.5325>
- Yunani, A., & Hartini, H. (2021). Perbedaan Tingkat Penyesuaian Diri Mahasantri Pondok Pesantren Dan Sekolah Umum (Studi Komparasi Di Ma'Had Al-Jami'Ah Iain Curup). *Pamomong: Journal of Islamic Educational Counseling*, 1(1), 29–39. <https://doi.org/10.18326/pamomong.v1i1.29-39>

