

ABSTRAK

Raissa Shahifatillah: Konseling Islam Melalui Teknik Self Management Untuk Mengatasi Kesulitan Menyesuaikan Diri Santri

Santri yang bermukim di Pesantren dituntut untuk menciptakan suatu bentuk kemampuan beradaptasi dan penyesuaian diri dengan lingkungan Pesantren yang mana terkadang itu menjadi hal yang sulit untuk dilakukan. Kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri ini jika dibiarkan akan menimbulkan suatu konflik dalam diri seorang Santri seperti cemas, takut, bahkan bisa juga menjadi frustrasi bagi mereka yang tidak bisa menyesuaikan dirinya dengan lingkungan Pesantren. Lebih dari itu, ketidakmampuan dalam beradaptasi ini dapat menimbulkan konflik antar individu dan gangguan emosional yang nantinya akan menjadi tempat tumbuh dan kembangnya penyakit mental.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menjelaskan kondisi kemampuan menyesuaikan diri Santri baru, Proses pelaksanaan konseling islami dengan Teknik self management, hasil dari penerapan konseling islami dengan teknik self management di Pesantren Daarul Uluum kota Bogor

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif pendekatan kualitatif. Sehingga penelitian bersifat natural dengan situasi sosial yang memiliki aspek diantaranya; aspek tempat (place), perilaku (actor), dan aktivitas (activity) yang berinteraksi secara sinergis.

Konsep konseling islami yang digunakan pada penelitian ini ialah pemberian bantuan oleh konselor kepada santri yang kesulitan dalam menyesuaikan diri di lingkungan pesantren. Konseling Islami adalah pendekatan konseling yang berdasarkan pada nilai-nilai Islam dan memadukan antara ilmu konseling dengan ajaran agama Islam.

Hasil akhir dari pelaksanaan konseling islam dengan melalui Teknik self management untuk mengatasi kesulitan menyesuaikan diri santri dikatakan berhasil. Dikatakan demikian karena berdasarkan pencapaian perilaku yang menjadi factor penghambat kemampuan menyesuaikan diri santri telah terselesaikan secara bertahap. Jadi, dapat disimpulkan bahwa konseling islam melalui teknik self management berhasil mengatasi kesulitan menyesuaikan diri santri.

Kata kunci: Konseling islam, self management, menyesuaikan diri, santri