

## MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI BARU PONDOK PESANTREN AN-NUR SRAGEN MELALUI KEGIATAN HAFLAH

Sapardi<sup>1</sup>, Danang Bimo Aji<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Magister Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta  
[abuzulfi12@gmail.com](mailto:abuzulfi12@gmail.com)

<sup>2</sup>Magister Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta  
[danangbimo@gmail.com](mailto:danangbimo@gmail.com)

### Abstrak

Penyesuaian diri menjadi kompetensi penting untuk dimiliki oleh siswa. Penyesuaian diri dapat mempengaruhi performa siswa di kelas. Oleh karena itu pengabdian ini fokus untuk meningkatkan penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren An-Nur Sragen. Pengabdian masyarakat yang dilaksanakan ini merupakan kegiatan yang dilaksanakan sebagai bentuk upaya untuk membantu para santri baru di pondok pesantren An-Nur Gemolong dalam proses penyesuaian diri terhadap lingkungan dan budaya yang baru dengan cara pelaksanaan kegiatan haflah. Pelatihan ini menggunakan metode haflah, metode ini dipilih karena sangat dekat dengan budaya santri. Peserta pelatihan dalam pengabdian ini adalah siswa kelas VII SMP sebanyak 36 siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan perbedaan kondisi dengan ditunjukkan uji sample t test = -23.591 dengan 0.000 ( $p < 0.05$ ). Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara penyesuaian diri siswa sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan pelatihan haflah dengan metode memasak dan makan bersama. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pelatihan haflah efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

**Kata kunci :** Penyesuaian diri, Haflah, Santri

### Abstract

*Self-adjustment is an important competence that students need to have. Self-adjustment can affect students' performance in class. Therefore, this community service focuses on improving the self-adjustment of students at An-Nur Islamic Boarding School in Sragen. This community service is a form of effort to help new students at An-Nur Islamic Boarding School in Gemolong in the process of adjusting to their new environment and culture through the implementation of haflah activities. This training uses the haflah method, which was chosen because it is very close to the culture of students. The participants of the training in this community service were 36 seventh-grade junior high school students. The results of this study showed a difference in conditions, as shown by the t-test sample test = -23.591 with 0.000 ( $p < 0.05$ ). These results show that there is a significant difference between students' self-adjustment before and after participating in the haflah training activities with the cooking and eating together method. Therefore, it can be concluded that haflah training is effective in improving students' self-adjustment..*

**Keywords :** Resiliensi, Haflah, Students

### 1. PENDAHULUAN

Kemampuan untuk beradaptasi merupakan aspek kritis yang harus dimiliki oleh manusia dalam menjalani kehidupan. Beradaptasi diartikan sebagai langkah yang diambil oleh individu untuk sesuaikan diri

dengan ekspektasi internal dan tekanan dari lingkungan sekitar, dengan tujuan mencapai keseimbangan hidup. Menurut Hurlock (2008) Penyesuaian diri dapat diartikan sebagai sejauh mana karakteristik individu beroperasi secara efektif dalam lingkungan

sosial. Dalam konteks Pendidikan di sekolah atau kampus, faktor-faktor seperti teman sebaya, pengajar, dan peraturan institusi memiliki dampak pada penyesuaian diri individu.

Salah satu institusi pendidikan yang berfokus pada ajaran Islam adalah Pondok Pesantren. Dhofier (1994) Menjelaskan bahwa pondok pesantren merupakan institusi pendidikan Islam yang bersifat tradisional, bertujuan untuk mendalami, memahami, menginternalisasi, dan mengamalkan nilai-nilai ajaran Islam, dengan penekanan pada nilai moral keagamaan sebagai pedoman dalam tindakan sehari-hari. Sementara Nasir (2005), Menjelaskan bahwa Pondok pesantren adalah institusi keagamaan Islam dapat diparafrase menjadi lembaga pendidikan Islam. Tujuan memberikan edukasi dan pembelajaran dapat diparafrase menjadi berfokus pada pengembangan moral dan spiritualitas. Tujuan mengembangkan serta menyebarkan pengetahuan agama Islam dapat diparafrase menjadi bertujuan untuk mendidik siswa agar menjadi orang yang taat beragama. Penekanan pada pentingnya moral keagamaan sebagai panduan dalam tata perilaku sehari-hari dapat diparafrase menjadi memiliki akhlak mulia..

Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an (PPTQ) An-Nuur, yang terletak di Gemolong, Sragen, Jawa Tengah, merupakan salah satu lembaga pendidikan Islam. Pada tahun ajaran 2022-2023, jumlah santri di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an (PPTQ) An-Nuur mencapai 224 orang. Dalam proses pembelajarannya, santri diwajibkan untuk tinggal di asrama sejak awal masuk hingga kelulusan. Mengingat latar belakang beragam dari santri yang berasal dari berbagai daerah dengan budaya dan gaya hidup yang berbeda, dibutuhkan tekad dan kesiapan mental yang tinggi, terutama bagi mereka yang baru bergabung dengan pondok pesantren ini. Kewajiban tinggal di pondok pesantren menuntut santri untuk beradaptasi dengan berbagai aktivitas, budaya, dan kebiasaan yang ada di lingkungan pesantren.

Bagi sebagian peserta didik, masuk ke lingkungan baru dapat menimbulkan beberapa masalah, salah satunya adalah

kesulitan dalam penyesuaian diri, baik dalam konteks pembelajaran maupun interaksi sosial seperti pergaulan dan adaptasi dengan lingkungan sekitar. Terutama bagi santri yang memiliki latar belakang budaya dan asal daerah yang berbeda, masuk ke Pondok Pesantren dengan segala peraturan dan norma yang berlaku membuat mereka merasa seperti berada di lingkungan yang baru dan asing. Hasil wawancara awal mencerminkan bahwa aturan dan lingkungan baru tersebut menjadi hambatan bagi santri dalam beradaptasi, sehingga mereka merasa tidak nyaman di asrama dan kehilangan motivasi untuk belajar. Dengan kondisi tersebut, terlihat jelas bahwa penyesuaian diri merupakan suatu tantangan yang harus dihadapi oleh santri. Hal ini disebabkan oleh perubahan lingkungan tempat tinggal dan pembelajaran yang berbeda dari sebelumnya. Gagalnya proses penyesuaian diri dapat menyebabkan ketidaknyamanan bagi santri dalam tinggal di pondok dan bahkan dapat menghambat kesuksesan dalam proses belajar mereka. Seperti yang diungkap oleh Arifin (1993) bahwa Santri cenderung mengalami berbagai tantangan, seperti kesulitan dalam menghadapi disiplin yang sangat ketat di pondok pesantren, merasa bosan dengan rutinitas kegiatan di pondok, mengalami konflik dengan teman atau Ustad, kurang nyaman, kesulitan dalam membayar biaya sekolah atau asrama, sering mengalami masalah kesehatan, dan sejenisnya (Pritaningrum & Hendriani, 2013). Berdasarkan analisis situasi di atas, maka permasalahan yang muncul pada mitra sasaran program pengabdian ini adalah penyesuaian diri terhadap lingkungan baru. Dimana percampuran latar belakang dan adat budaya santri, serta aturan pondok menjadi kendala dalam penyesuaian diri santri.

Berangkat dari analisis masalah di atas maka kami berinisiatif melakukan sebuah kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema penyesuaian diri santri melalui kegiatan *haflah*. *Haflah* adalah pesta atau perayaan yang bisa diisi dengan kegiatan yang beragam. Dimana dalam kegiatan ini *haflah* kami isi dengan kegiatan memasak dan makan bersama. Tujuan dari pelaksanaan

kegiatan ini adalah untuk membantu penyesuaian diri santri melalui kegiatan yang berpotensi menciptakan interaksi dan komunikasi yang intens di kalangan para santri.

## 2. METODE

Pengabdian masyarakat yang dilaksanakan ini merupakan kegiatan yang dilaksanakan sebagai bentuk upaya untuk membantu para santri baru di pondok pesantren An-Nur Gemolong dalam proses penyesuaian diri terhadap lingkungan dan budaya yang baru dengan cara pelaksanaan kegiatan hafiah. Langkah pertama yang dilakukan adalah mencari informasi di pondok pesantren Tahfidzul Qur'an (PPTQ) An-Nuur Gemolong, guna melakukan observasi dan wawancara kepada ustad dan

pengawas pondok. Berdasarkan hasil wawancara tersebut diketahui bahwa santri baru memiliki kendala yaitu dalam hal penyesuaian diri. Dari hasil observasi, peneliti berinisiatif untuk membentuk kegiatan bagi para santri, yaitu hafiah. Dimana kegiatan akan dilaksanakan sebanyak 4 kali dalam kurun waktu 2 minggu. Kegiatan diawali dengan melakukan pre-test pada tanggal 6 Desember 2022 untuk mendapatkan data penyesuaian diri para santri. Kegiatan pre-test ini diikuti oleh 36 peserta santri baru.

Setelah pelaksanaan pre-test pada tanggal 6 Desember, jadwal kegiatan inti akan dilaksanakan pada tanggal 8, 11, 14, dan 17 Desember. Dimana secara keseluruhan rundown acara kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Jadwal Kegiatan

TANGGAL	JAM	KEGIATAN
8,11,14,17 Desember 2022	09.00 – 10.00	Pembukaan dan Penyampaian Materi Penyesuaian diri dan hafiah
	10.00 – 11.00	Diskusi
	11.00 – 13.00	Ishoma
	13.00 – 14.00	Persiapan pelaksanaan.
	14.00 – 14.45	Belanja.
	14.45 – 15.30	Ishoma
	15.30 – 17.00	Memasak bersama
	17.00 – 19.30	Ishoma
	19.30 – 21.00	Makan bersama

Kamis 8 Desember 2022 kegiatan dimulai pada pukul 09.00 WIB hingga pukul 21.00 WIB, yang dimulai dengan pengumpulan para santri. Selanjutnya setelah para santri sudah berkumpul semua, acara di buka dengan berdo'a dan dilanjutkan dengan perkenalan dan sambutan. Acara selanjutnya adalah penyampaian materi oleh mahasiswa Magister Psikologi UMS. Materi pertama disampaikan oleh Sapardi S.Pd, dengan tema penyesuaian diri. Materi pertama yang disampaikan yaitu tentang pentingnya penyesuaian diri untuk kehidupan manusia. Dimana dalam konteks kegiatan ini, subjek

utamanya adalah para santri. Kemudian materi masuk ke ranah yang lebih detil mengenai penyesuaian diri, berupa aspek-aspek penting dalam penyesuaian diri menurut teori Hurlock yaitu meliputi penampilan nyata, penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok, sikap sosial, dan kepuasan pribadi.

Selanjutnya penyampaian materi kedua, yaitu tentang hafiah. Materi kedua disampaikan oleh Danang Bimo A. Dalam sesi ini bahasan yang disampaikan yakni mengenai pengertian hafiah, proses pelaksanaan, serta manfaatnya. Melalui

kegiatan hafiah yang berupa kegiatan makan bersama, dengan segala proses yang dimulai dari belanja hingga memasak dilakukan oleh para santri sendiri, diharapkan dapat menciptakan komunikasi dan interaksi yang lebih intens dikalangan para santri. Sehingga tumbuh kedekatan dan keakraban, yang bermanfaat untuk membantu santri dalam prosesnya melakukan penyesuaian diri.

Setelah penyampaian materi sudah dilaksanakan, kegiatan diisi dengan diskusi. Dimana dalam diskusi santri dibagi menjadi 4 kelompok dengan masing-masing kelompok beranggotakan 9 santri. Dalam diskusi ini masing-masing kelompok diberi tugas untuk menuliskan 3 poin kesulitan yang dihadapi dalam menyesuaikan diri baik terhadap aturan pondok dan santri lainya. Selanjutnya dilakukan pembacaan terhadap hasil diskusi oleh perwakilan setiap kelompok. Selain itu para santri juga diberi waktu dan dipersilahkan untuk mengajukan pertanyaan yang berkaitan dengan materi penyesuaian diri dan hafiah. Pada saat sesi diskusi, guna mencairkan suasana dan menambah kedekatan diantara santri dilakukan permainan tim yang dilakukan berdasarkan kelompok yang sudah terbentuk. Kemudian setelah sesi diskusi selesai dilaksanakan, dilanjutkan dengan jeda ishoma siang. Kegiatan berikutnya dilanjutkan dengan pembagian tugas kelompok dan persiapan untuk melakukan hafiah. Dimana empat kelompok yang sudah terbentuk diberikan tugas masing-masing berkelompok. Tugas yang diberikan terbagi meliputi, kelompok 1 belanja, kelompok 2 memasak, kelompok 3 menyiapkan dan merapikan tempat, peralatan memasak dan makan, dan kelompok 4 mencuci peralatan. Setelah tugas terbagi berkelompok, mulailah dilaksanakan kegiatan hafiah hari pertama, yang dimulai dari belanja. Kemudian setelah jeda ishoma ashar, dilaksanakan proses memasak makanan hingga selesai dan diakhiri dengan makan bersama setelah ishoma isya' hingga pukul 21.00.

Kegiatan hafiah ini dilakukan sebanyak 4 kali. Setiap kali pelaksanaan dilakukan pergiliran tugas kelompok, sehingga masing-masing kelompok dapat merasakan dan

melakukan tugas yang sama. Setelah kegiatan hafiah selesai dilakukan, acara terakhir adalah penutupan dan pemberian post-test. Pemberian post-test dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan penyesuaian diri santri setelah mengikuti kegiatan hafiah. Data post-test kemudian dianalisa, dengan cara dibandingkan dengan data pre-test santri sebelum mengikuti hafiah.



Gambar 1 dan 2  
Persiapan siswa sebelum hafiah

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan hafiah dilakukan dalam 4 kali pertemuan yaitu pada 8,11,14,17 Desember 2022 yang diikuti oleh 36 siswa kelas VII SMP. Kegiatan ini memiliki beberapa dokumentasi seperti cara pembentukan kelompok dan dokumentasi saat pelaksanaan hafiah dalam bentuk memasak dan makan bersama. Tugas yang diberikan terbagi

meliputi, kelompok 1 belanja, kelompok 2 memasak, kelompok 3 menyiapkan dan merapikan tempat, peralatan memasak dan makan, dan kelompok 4 mencuci peralatan. Peserta yang mengikuti pelatihan hafiah sebanyak 36 peserta, dan jumlah tersebut mengalami kejagan tiap sesi. Sebelum diberikan pelatihan peserta diberikan *pre-test* dan setelah semuanya kegiatan selesai peserta mengisi *post-test* Tabel 2. Data hasil pengukuran ini dapat membantu dalam melakukan penghitungan statistika disaat melakukan uji hipotesis. Hasil pengukuran kondisi kedisiplinan subjek saat *pre-test* dan *post-test* ditemukan adanya perbedaan yakni

hasil yang meningkat. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa nilai rata-rata *pre-test* adalah 121,0833 dan rata-rata nilai posttest adalah 181,3333 (Tabel 2, sehingga dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata kondisi kedisiplinan peserta sesudah mengikuti pelatihan Hafiah lebih besar dibandingkan sebelumnya. Hal ini menunjukkan terjadinya peningkatan penyesuaian diri siswa sesudah mengikuti pelatihan Hafiah yang dikemas dengan cara memasak dan makan bersama. Pada tahap selanjutnya untuk menguji tingkat normalitas data dilakukan uji KolmogorovSmirnov serta Shapiro–Wilk (Tabel 3).

Table 2. Hasil *Pre-test* dan *Pos-tes*

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair	PRE	121,0833	36	8,56029	1,42672
1	POS	181,3333	36	12,70995	2,11833

1. Uji Normalitas

Tabel 3. Uji normalitas

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
PRETEST	.149	36	.043	.911	36	.007
POSTTES	.089	36	.200*	.979	36	.696
T						

2. Uji Efektifitas Pelatihan

Tabel 4. Efektifitas Pelatihan

		Levene's Test for Equality of Variances				t-test for Equality of Means				
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Up	
Hasil Pre Test dan Post Test	Equal variances assumed	5.054	.028	-23.591	70	.000	-60.250	2.554	-65.344	-5
	Equal variances not assumed			-23.591	61.334	.000	-60.250	2.554	-65.356	-5

Berdasarkan tabel 3 di atas menunjukkan bahwa skor pretest sebesar 0,43, sedangkan skor *posttest* 200. Maka hasil tersebut menunjukkan adanya nilai yang signifikan dan data terdistribusi normal. Kemudian pada uji *Shapiro-Wilk* skor pretest dan *posttest* adalah 0,007 dan 0,696 ( $p > 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan penyesuaian diri siswa memiliki distribusi normal.

Berdasarkan tabel 4 hasil uji efektivitas pelatihan dengan menggunakan uji beda pada tabel 4, nilai beda sebesar -23.591 dan tingkat signifikansi 0.000 ( $p < 0.05$ ). Temuan ini mengindikasikan adanya perbedaan yang sangat signifikan dalam penyesuaian diri siswa sebelum dan setelah mengikuti kegiatan pelatihan hafiah dengan metode memasak dan makan bersama. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pelatihan hafiah efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa.

#### 4. KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat tentang penyesuaian diri dan hafiah terbukti dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri, khususnya pada santri di pondok pesantren An-Nur Gemolong. Pelaksanaan kegiatan hafiah dan pemberian materi tentang penyesuaian diri yang disampaikan dengan tujuan untuk memberikan pengetahuan kepada para santri tentang pentingnya kemampuan penyesuaian diri untuk kehidupannya dalam menjalani proses belajar di pondok pesantren, dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri. Kegiatan hafiah bisa menjadi salah satu alternatif untuk membantu santri dalam meningkatkan kemampuan penyesuaian diri. Dalam pelaksanaannya kegiatan pengabdian masyarakat ini masih memiliki banyak kekurangan dan keterbatasan, sehingga peneliti memberikan saran untuk kedepannya jika ada yang melakukan kegiatan yang serupa, agar melakukan persiapan lebih baik dan matang. Saran dan rekomendasi juga peneliti berikan kepada pondok pesantren agar memberikan pemahaman tentang pentingnya penyesuaian diri terhadap santri baru dan melakukan kegiatan hafiah secara

rutin berkala. Saran juga kami berikan kepada orang tua yang anaknya diproyeksikan untuk menuntut ilmu di pondok pesantren, untuk memberikan bekal pemahaman tentang penyesuaian diri dilingkungan baru.

#### TERIMA KASIH

Kami ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah menjadi lembaga yang mendukung penulis selama berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat. Juga, kami mengucapkan terima kasih kepada Pondok Pesantren An-Nur Gemolong atas kesempatan dan izin yang diberikan untuk melaksanakan penelitian ini. Tak lupa, apresiasi kami juga disampaikan kepada kepala sekolah, guru, dan senior santri yang turut membantu kelancaran pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

#### 5. REFERENSI

- Aminullah, Muhammad . *Hafiah tilawah Al-Qur'an* . Vol 5; nomor 1, 2015.
- Aminullah, M. *Hafiah Tilâwat Al-Qur'ân Dalam Tradisi Masyarakat Kota Bima. Mutawâtir*, 5(1), 158-178.
- Arifin, Imron. (1993). *Menurut Hasil Seorang Peneliti Pondok Pesantren Tebuireng*.
- Arifin, I. (1993). *Kepemimpinan Kyai: Pondok Pesantren Tebu Ireng*. Malang: Kalimashada Press.
- Dasuki, D., & Juandi, W. J. W. (2022). *Makna Kebersamaan Sebagai Nilai Konseling Islam Dalam Membaca Dzikir Rotibul Haddad. Konseling At-Tawazun: Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling Islam*, 1(1), 30-37.
- Dhofier, Z. (1994). *Tradisi Pesantren Studi tentang Pandangan Hidup Kyai*. Jakarta, LP3S.
- Habibie, A., Musriha., & Negoro, B. (2017). *Pengaruh komunikasi, kerjasama tim dan pengambilan keputusan terhadap kinerja karyawan PT. GEO Given Sidoarjo*. Jurnal

- Manajemen Branchmark Universitas Bhayangkara, 3(3), 39-50
- Hurlock, E. B., Istiwidayanti, Sijabat, R. M., & Soedjarwo. (1990). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga, Jakarta.
- Hurlock. (2008), *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Erlangga Press
- Nasir, Ridwan. 2005. *Mencari Tipologi Format Pendidikan Ideal Pondok Pesantren. Ditengah Arus Perubahan*, Yogyakarta. Pustaka Pelajar
- Pritaningrum, M., & Hendriani, W. (2013). *Penyesuaian diri remaja yang tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik pada tahun pertama*. *Jurnal psikologi kepribadian dan sosial*, 2(3), 134-143.
- Wangsanata, S. A. (2022). *Optimalisasi Konseling Multikultural Guna Mencegah Culture Shock Siswa Saat Belajar Jarak Jauh Pada Masa Pandemi Covid-19*. *Jurnal Konseling Pendidikan Islam*, 3(1), 309-316.