

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. A. (2015). *Dinamika kehidupan santri di pesantren: Studi tentang proses adaptasi dan pembentukan karakter*. Yogyakarta: LKiS.
- Allport, G. W. (1937). *Personality: A psychological interpretation*. New York: Holt
- Anggraini, M., & Firdaus, A. (2023). *Proses Penyesuaian Diri Santri Baru di Pesantren: Studi Kasus di Pesantren Modern di Jawa Barat*. *Jurnal Pendidikan Islam*, 15(3), 200-217.
- Fatimah. (2006). *Pengembangan kepribadian dan arah hidup*. Jakarta: Penerbit X.
- Gerald Corey, *Konseling dan Psikoterapi* (Bandung: PT Rafika Aditama, 2005)
- Harwanti Noviadari, *Penyesuaian Diri Remaja Terhadap Lingkungan Baru* (Banyumas: CV. Pena Persada Redaksi, 2021)
- Hasibuan, suaida. (2022). *Penyesuaian Diri Santri Terhadap Kegiatan Pesantren Desa Bahap Kecamatan Dolok Kabupaten Padang Lawas Utara*. IAIN Padangsidipuan.
- <https://etheses.uinmataram.ac.id/1995/1/Lina%20Islamiati%20170303020>. Diakses pada 16 Februari 2025 pukul 11.53
- <https://mahadtarbiyatulmubtadiin.sch.id/read/8/visi-dan-misi>. Diakses pada 5 Maret 2025 pukul 13.40
- Hutz, C. S., Bandeira, D. R., Trentini, C. M., & Krug, J. S. (2020). *Psychological Assessment: Concepts and Instruments*.
- Islamiati, Lina. (2023). *Implementasi Teknik Self Management untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri*. UIN Mataram.
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (2020). *The Action Research Planner: Doing Critical Participatory Action Research*. Springer.
- Kurniawati, L., & Wijaya, A. (2023). *Pengaruh Penyesuaian Diri terhadap Kesejahteraan Mental pada Mahasiswa Baru*. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 35(2), 100-115.

- Mahfud, A., & Kurniawan, R. (2024). *Dukungan Sosial dalam Penyesuaian Diri Santri di Pesantren: Tantangan dan Solusinya*. Jurnal Psikologi Pendidikan, 19(1), 45-60.
- Miftachul Huda, "Penyesuaian Diri Santri dalam Kegiatan di Pondok Pesantren Al-Musthafa Ngeboran Boyolali" t.t.
- Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, Akamedia Pertama, Jakarta: 2014, hlm.153
- Mufidah, S. & Suryana, H. (2022). *Pendidikan Akhlak di Pesantren: Pembentukan Karakter Santri di Era Globalisasi*. Jurnal Pendidikan Islam, 12(1), 47-65.
- Nugroho, S., & Amalia, D. (2023). *Inovasi Teknologi dalam Pendidikan Pesantren: Meningkatkan Kualitas Pengajaran Tanpa Mengabaikan Nilai Tradisional*. Jurnal Teknologi Pendidikan, 5(3), 88-102.
- Prayitno, E. (2013). *Dasar-Dasar Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling* (Jakarta, Rineka Cipta, 1994) hal : 105
- Rahmawati, L. (2021). *Peran Penyesuaian Diri dalam Kesejahteraan Psikologis Santri Baru*. Jurnal Ilmu Pendidikan, 9(1), 45-58.
- Sari, N. (2023). "Pengelolaan Diri (Self Management) Antara Mengaji dan Bekerja Pada Santri Di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Amin Purwanegara K"
- Schneider, A. J. (1964). *Personal adjustment and mental hygiene*. Holt, Rinehart and Winston
- Siti, M. (2022). *Psikologi Pendidikan Pesantren: Adaptasi Santri dan Pembentukan Karakter*. Yogyakarta: Lembaga Penelitian dan Pengembangan Pendidikan Islam.
- Syaibani, U. (2021). *Pengembangan diri dalam perspektif Islam: Teori dan praktik*. Kencana. Halaman 102-118.
- Taufiq, M., & Rahmawati, L. (2023). *Pesantren sebagai Pembentuk Karakter: Implementasi Pendidikan Akhlak di Lembaga Pendidikan Islam*. Jurnal Ilmu Pendidikan, 20(2), 128-145.

LAMPIRAN

Hasil Instrument Observasi Responden MA

No	Aspek	Indikator	Pernyataan	
			Ya	Tidak
1.	Penyesuaian Emosional	- Pengalaman mengelola diri sendiri - Mudah menunjukkan sikap membangkang terhadap pertanyaan atau teguran.	✓	✓
2.	Penyesuaian Kognitif	- Keterbukaan terhadap Pengalaman Baru - Kurang mampu memberikan argumen atau pendapat yang logis. - Kesulitan dalam memahami penjelasan ustadz.	✓ ✓	✓
3.	Penyesuaian Sosial	- Kemampuan Berkomunikasi - Sering berinteraksi dengan teman-teman		✓ ✓
4	Penyesuaian Fisik	- Sering mengantuk di siang hari. - Terlihat lemas atau kurang berenergi	✓ ✓	
5.	Penyesuaian Karir	- Mampu Merencanakan Cita-cita - Pemahaman tentang peluang karier yang relevan dengan pendidikan pondok.		✓ ✓

Hasil Instrumen Observasi Responden AB

No	Aspek	Indikator	Pernyataan	
			Ya	Tidak
1.	Penyesuaian Emosional	- Pengalaman mengelola diri sendiri - Mudah menunjukkan sikap membangkang terhadap pertanyaan atau teguran.	✓	✓
2.	Penyesuaian Kognitif	- Keterbukaan terhadap Pengalaman Baru - Kurang mampu memberikan argumen atau pendapat yang logis. - Kesulitan dalam memahami penjelasan ustadz.	✓	✓
3.	Penyesuaian Sosial	- Kemampuan Berkomunikasi - Sering berinteraksi dengan teman-teman	✓	✓
4	Penyesuaian Fisik	- Sering mengantuk di siang hari. - Terlihat lemas atau kurang berenergi	✓	
5.	Penyesuaian Karir	- Mampu Merencanakan Cita-cita - Pemahaman tentang peluang karier yang relevan dengan pendidikan pondok.		✓

Hasil Instrumen Observasi Responden MN

No	Aspek	Indikator	Pernyataan	
			Ya	Tidak
1.	Penyesuaian Emosional	- Pengalaman mengelola diri sendiri - Mudah menunjukkan sikap membangkang terhadap pertanyaan atau teguran.	✓	✓
2.	Penyesuaian Kognitif	- Keterbukaan terhadap Pengalaman Baru - Kurang mampu memberikan argumen atau pendapat yang logis. - Kesulitan dalam memahami penjelasan ustadz.	✓	✓
3.	Penyesuaian Sosial	- Kemampuan Berkomunikasi - Sering berinteraksi dengan teman-teman		✓
4	Penyesuaian Fisik	- Sering mengantuk di siang hari. - Terlihat lemas atau kurang berenergi	✓	
5.	Penyesuaian Karir	- Mampu Merencanakan Cita-cita - Pemahaman tentang peluang karier yang relevan dengan pendidikan pondok.		✓

Naskah Percakapan

Identitas Klien

Nama : **MA**

Umur : 14 tahun

Masalah yang dialami : konseli terlihat kurang berbaur, konseli masih kurang dalam mengelola diri, konseli juga merasa kurang semangat karena kurang nyaman dengan lingkungan pesantren.

Naskah Percakapan

Pertemuan pada tanggal 10 Maret 2025

Klien : Permisi, Assalamualaikum

Peneliti : Waalaikumsalam Silahkan duduk..

Klien : Terimakasih ka

Peneliti : Gimana kabarnya?, senang sekali saya bisa bertemu kembali,

Klien : Baik Alhamdulillah ka, kaka juga

Peneliti : Alhamdulillah jika sehat, Sebelumnya saya mengucapkan terimakasih karena kamu mau datang ke saya, sebelumnya kemarin kita sudah melakukan wawancara ya, dan hari ini kita akan melakukan pertemuan yg kurang lebih sama kayak sebelumnya ya, dapat dipahami?

Klien: Tidak ada ka, dan bisa saya pahami

Peneliti : Baik, kalau begitu saya mulai ya. Dalam pertemuan wawancara pertama saya lihat bahwa kamu tidak begitu semangat dengan lingkungan baru kamu di pesantren, mengapa?

Klien : iya kak saya ga begitu nyaman sama lingkungan baru disini.

Peneliti : apa yang membuat kamu merasa kurang nyaman tinggal dipesantren selama kurang lebih 2 bulan ini?

Klien : saya kurang nyamannya sama peraturan-peraturan yang ada disini aja kak, saya sebenarnya kalau tentang ngaji-ngaji gitu saya emang suka, tapi kayak peraturan-peraturan yang lain misal kayak harus bangun jam segini-segini. Saya masih kaget sama hal-hal peraturan kayak gitu

Peneliti : bagaimana kamu membangun hubungan dengan teman-teman baru kamu?

Klien : saya kalau sama tmn-tmn saya masih biasa biasa aja sih kak. Engga yang ga begitu nyaman gitu. Tapi kalau soal aturan-aturan disini nya saya lumayan ga nyaman

Peneliti : kalau dari kamu sendirinya sebenarnya mau nya gimana?

Klien : jujur saya mau nya saya tuh pinter gitu dalam komunikasi, saya pengen betah sebenarnya tinggal dipesantren. Karena kan orangtua saya juga yg nyuruh saya buat pesantren, tapi saya ternyata pas saya uda tainggal disini baru 2 bulan ternyata ga segampang itu. Saya tuh pengennya disiplin gitu kak tapi gatau mulai dari mana dri diri saya nya.

Peneliti : baikk,

akan membantu kamu mengarahkan atau mengatur perilaku kamu sendiri. Yang mana nantinya kamu akan memiliki kemampuan untuk mengenali dan mengendalikan emosi, pikiran, serya perilaku kamu. Jadinya membuat kehidupan kamu lebih terarah. Dalam self management di konseling kali ini, saya akan membantu kamu mengarahkan kehidupan kamu sendri seperti yg kamu bilang tdi di awal kalau kamu mau hidup kamu lebih disiplin. Maka dari itu saya akan membantu kamu membuat jadwal keseharian kamu .

Klien : oh begitu baik kakk

Peneliti : baiklah kita sudh ada dipenghujung pertemuan kali ini. dalam pertemuan kali ini saya hanya dapat menyampaikan itu dulu. Selebihnya kita lakukan di pertemuan konseling selanjutnya.

Klien : baik kak, kalau begitu saya pamit dulu, permisi assalamualaikum

Peneliti : waalaikum salam, sehat selalu yaa

Pertemuan pada tanggal 20 Maret 2025

Klien : Permissi, Assalamualaikum

Peneliti : Waalaikumsalam Silahkan duduk..

Klien : Terimakasih ka

Peneliti : Gimana kabarnya?,senang sekali saya bisa bertemu kembali,

Klien : Baik Alhamdulillah ka,kaka juga

Peneliti: Alhamdulillah jika sehat, Sebelumnya saya mengucapkan terimakasih karena kamu mau datang ke saya, sebelumnya saya akan menjelaskan bahwa hari ini adalah pertemuan terakhir di konseling individual ya, dan hari ini kita hanya akan melakukan evaluasi dan pembahasan. Apakah kamu siap?

Klien : Siap ka

Peneliti : baiklah sebelumnya saya mau bertanya Kembali. Bagaimana kabar kamu sekarang?

Klien : alhamdulillah, saya merasa lebih tenang sekarang, Kak.

Peneliti: Alhamdulillah, senang dengar itu. Ini pertemuan terakhir kita, ya. Hari ini kita akan mengevaluasi perjalanan kamu selama proses konseling dengan teknik self-management. Boleh diceritakan apa saja perubahan yang kamu rasakan?

Klien: Hmm... pas awal ikut konseling ini, saya jadi lebih bisa mengatur waktu, terutama antara belajar dan kegiatan pesantren. Dulu sering lupa jadwal, sekarang saya pakai catatan harian kayak yang Kakak sarankan.

Peneliti: Wah, bagus sekali. Terus bagaimana dengan hubungan kamu dengan teman-teman dan ustadz/ustadzah di sini?

Klien: Dulu saya canggung banget, Kak. Tapi sekarang saya mulai berani ngobrol dan gabung di kegiatan kelompok. Mungkin karena saya jadi lebih percaya diri dan nggak terlalu mikirin takut salah.

Peneliti: Itu kemajuan besar, loh. Kamu sudah menerapkan teknik penguatan diri yang kita bahas juga, ya?

Klien: Iya, saya coba kasih penghargaan kecil buat diri saya kalau berhasil disiplin. Kadang cuma nulis kata-kata semangat di buku harian, tapi itu bikin saya senang.

Peneliti: Luar biasa. Jadi secara keseluruhan, kamu merasa lebih bisa menyesuaikan diri sekarang?

Klien: Iya, jauh lebih baik dari sebelumnya. Saya jadi tahu kalau saya bisa berubah asal niat dan usaha. Teknik self-management ini benar-benar membantu.

Peneliti: Saya bangga sekali dengan kamu. Kamu sudah bekerja keras dan menunjukkan banyak kemajuan. Semoga apa yang kamu pelajari bisa terus kamu terapkan ke depannya, ya.

Klien: Aamiin, terima kasih banyak, Kak, sudah bimbing saya selama ini.

Peneliti: Sama-sama. Semangat terus, ya. Kamu sudah membuktikan kalau perubahan itu mungkin, asal kita mulai dari diri sendiri.

Peneliti : baiklah senang rasanya mendengar apa yang kamu sampaikan tadi dan saya senang juga dengan semua perubahan yang kamu ceritakan tadi. Baiklah sebelumnya saya berterimakasih banyak kepada kamu karena sudah mengikuti kegiatan konseling ini dari tahap awal sampai akhir dengan tertib. Saya harap kamu selalu lebih baik kedepannya dalam membawa diri

Klien : Kalau begitu saya pamit keluar ya kak, assalamualaikum..

Peneliti : iya walaikumsalam, hatihati yaaa..

Naskah Percakapan

Identitas Klien

Nama : **AB**

Umur : 13 tahun

Masalah yang dialami : konseli terlihat kurang berbaur, konseli masih kurang dalam mengelola diri, konseli pernah tertangkap hampir melarikan diri dari pesantren

Naskah Percakapan

Pertemuan pada tanggal 11 Maret 2025

Klien : Assalamualaikum kak

Peneliti : Waalaikumsalam Silahkan duduk..

Klien : Terimakasih ka

Peneliti : bagaimana kabarnya?,senang sekali saya bisa bertemu kembali,

Klien : Baik Alhamdulillah ka,kaka juga

Peneliti: Alhamdulillah jika sehat, Sebelumnya saya mengucapkan terimakasih karena kamu mau datang ke saya, sebelumnya kemarin kita sudah melakukan wawancara ya, dan hari ini kita akan melaksanakan layanan konseling ya,, apakahkamu siap?

Klien : Siap ka

Peneliti: Alhamdulillah jika sudah siap, sebelumnya apakah kamu sudah pernah melakukan kegiatan konseling?

Klien : Belum ka

Peneliti: Baik jika belum saya akan menjelaskan terlebih dulu mengenai layanan konseling individual ya, jadi konseling individual adalah satu layanan konseling yang dilakukan oleh tenaga kerja profesional atau konselor, nah yg sebagai konselor disini yaitu saya sendiri. Adapun tujuannya yaitu membantu kamu dalam mengentaskan Permasalahan yang kamu sedang alami sekarang. Kemudian,dalam konseling individual juga terdapat beberapa Asas yaitu yang pertama asas kerahasiaan, disini kamu tidak perlu merasa takut bahwa masalah kamu ini akan tersebar luas, karena yang tau Cuma kamu dan saya sendiri dan saya pun akan merahasiakanya. Jadi kamu bisa cerita apapun kepada saya tanpa rasa takut.Yang kedua asas keterbukaan, jadi disini saya meminta kamu untuk terbuka dalam menceritakan permasalahan kamu, tidak boleh ada yang ditutupi dari saya, sehingga nanti akan mempermudah dalam mengentaskan masalah kamu. Yang ketiga asas kesukarelaan,yaitu saya secara suka rela mendengarkan dan membantu kamu dalam mengentaskan permasalahan kamu, begitupun kamu yang datang kesini dengan sukarela dan tidak ada paksaan dari siapapun itu ya de. Mungkin sampai sini apakah kamu paham dan ada yang ingin di tanyakan terkait konseling individual ini?

Klien :gaada ka, bisa saya pahami

Peneliti : bagaimana kamu menyesuaikan diri dengan kegiatan harian di pesantren ?

Klien : saya kurang nyamannya sama peraturan-peraturan disini kak, kayak gabole bawa hp, terus jadwal solat nya harus tepat waktu banget sama disini kita gaboleh sembarang keluar.

Peneliti : oh jadi kamu belum pernah digambarkan sebelumnya ya bagaimana kehidupan santri di pesantren. Terus kalau sama temen-temen kmu gmn ?

Klien : kalau sama temen sih masih biasa-biasa aja kak

Peneliti : Saya dengar dari ustadz bahwa kamu pernah sempat mencoba kabur dari pesantren. Boleh Kakak tahu, apa yang sebenarnya kamu rasakan saat itu?

Klien (*diam sejenak, menunduk*): Saya... capek, Kak. Rasanya kayak nggak kuat. Semuanya serba baru, aturannya banyak, terus saya kangen rumah banget.

Peneliti: Saya bisa pahami itu. Pasti berat sekali ya, harus beradaptasi dengan lingkungan yang benar-benar berbeda. Tapi kamu masih di sini hari ini, berarti ada sesuatu dalam diri kamu yang memutuskan untuk tetap bertahan. Boleh Kakak tahu kenapa?

Klien: Saya sempat kepikiran, Kak... kalau saya pulang, orang tua pasti kecewa. Tapi di sini pun saya belum bisa merasa cocok. Teman-teman udah saling kenal, saya masih merasa sendiri.

Peneliti: Jadi kamu merasa kesepian dan tertekan dengan semua perubahan yang terjadi, ya?

Klien: Iya, Kak. Rasanya kayak saya nggak punya ruang buat jadi diri sendiri. Semuanya harus ikut aturan, bangun pagi, hafalan, nggak bisa santai kayak di rumah.

Peneliti: Itu wajar banget dirasakan, apalagi kamu baru di sini. Tapi coba kita lihat sisi lainnya. Dari semua aktivitas yang kamu jalani di sini, apakah ada satu hal yang sebenarnya kamu sukai atau bisa kamu nikmati?

Klien: Hmm... mungkin pas olahraga, Kak. Saya suka bola, jadi itu satu-satunya waktu saya bisa lepas dari tekanan.

Peneliti: Bagus, berarti kamu sudah menemukan satu cara untuk meredakan tekanan itu. Nah, ingat waktu kita belajar tentang teknik self-management? Salah satu langkahnya adalah mengenali apa yang membuat kita lebih tenang, dan menjadikannya bagian dari strategi mengatur diri.

Klien: Iya... saya ingat. Tapi saya belum sempat menerapkannya semua, Kak.

Peneliti: Tidak apa-apa, proses adaptasi itu memang bertahap. Yang penting, kamu sudah mulai sadar tentang perasaanmu sendiri, dan itu adalah langkah pertama dalam self-management: *self-awareness*. Sekarang, yuk kita pikirkan bareng-bareng. Apa yang bisa kamu lakukan saat rasa pengen pulang itu datang lagi?

Klien: Mungkin... saya bisa nulis di jurnal harian. Kayak waktu itu Kakak ajarin. Terus saya bisa main bola pas sore biar nggak terlalu mikir.

Peneliti: Itu ide yang sangat bagus. Menulis dan aktivitas fisik itu dua cara yang sehat buat menyalurkan emosi. Dan kalau kamu merasa terlalu penuh, kamu juga boleh cerita ke saya kapan saja. Kita bisa jadikan konseling ini tempat buat kamu istirahat sejenak secara mental.

Klien: Terima kasih, Kak. Saya jadi merasa nggak sendiri sekarang. Tadinya saya kira semua orang bakal nge-judge saya karena pengen kabur.

Peneliti: Kamu nggak sendiri, dan kamu nggak salah karena merasa kesulitan. Yang

penting adalah bagaimana kamu menghadapi kesulitan itu. Hari ini kamu membuktikan kalau kamu cukup kuat untuk bertahan, dan saya bangga dengan itu.

Klien: Makasih banyak, Kak. Saya akan coba jalanin lagi pelan-pelan. Saya nggak janji langsung nyaman, tapi saya mau usaha.

Peneliti: Itu sudah lebih dari cukup. Proses ini memang tentang usaha, bukan hasil instan. Kakak akan terus dampingi kamu selama kamu butuh.

Klien : baik kak

Peneliti : baiklah untuk pertemuan kali ini segitu saja dulu. Sampai ketemu di pertemuan selanjutnya ya

Klien : oke kak, permisi assalamualaikum

Peneliti : waalaikum salam, hatihati yaa

Pertemuan pada tanggal 20 Maret 2025

Klien : Punten, Assalamualaikum

Peneliti : Waalaikumsalam Silahkan duduk..

Klien : Terimakasih ka

Peneliti : Gimana kabarnya?, senang sekali saya bisa bertemu kembali,

Klien : Baik Alhamdulillah ka, kaka juga

Peneliti: Alhamdulillah jika sehat, Sebelumnya saya mengucapkan terimakasih karena kamu mau datang ke saya, sebelumnya saya akan menjelaskan bahwa hari ini adalah pertemuan terakhir di konseling individual ya, dan hari ini kita hanya akan melakukan evaluasi dan pembahasan. Apakah kamu siap?

Klien : Siap ka

Peneliti :Tapi sebelumnya, Kakak mau bilang, terima kasih karena kamu sudah mau terus ikut sesi ini sampai selesai, walaupun kita sempat melewati masa yang cukup berat.

Klien: Iya, Kak... maaf juga ya kalau kemarin-kemarin saya sempet rese

Peneliti: Nggak apa-apa. Kakak justru salut karena kamu mau terbuka dan kembali mencoba bangkit. Nah, di pertemuan terakhir ini, Kakak ingin dengar dari kamu sendiri... apa yang kamu rasakan setelah semua proses ini?

Klien

Peneliti: Itu luar biasa. Jadi kamu merasa teknik self-management yang kita latih bareng-bareng itu membantu?

Klien: Iya, Kak. Dulu saya cuma lari dari masalah. Tapi sekarang saya lebih milih buat hadapin pelan-pelan. Saya mulai bikin jadwal sendiri, coba tetap disiplin walau kadang masih susah juga.

Peneliti: Namanya juga proses, nggak harus langsung sempurna. Tapi yang penting kamu tahu ke mana harus melangkah. Boleh Kakak tahu, hal apa yang paling besar berubah dari dirimu?

Klien: Mungkin... saya jadi lebih sadar, Kak. Saya sadar kalau ternyata saya bisa kuat juga. Waktu saya hampir kabur, saya pikir saya gagal. Tapi setelah ngobrol sama Kakak dan mulai pakai teknik yang diajarin, saya sadar itu cuma cara saya menghindar. Sekarang saya lebih siap buat hadapi kenyataan.

Peneliti: Masya Allah... itu perubahan yang sangat berarti. Kakak bangga banget sama kamu. Kamu bukan cuma bertahan, tapi juga berkembang.

Klien: Dulu saya pikir pesantren ini nggak cocok buat saya, Kak. Tapi sekarang, saya lihat ini tempat buat belajar tentang hidup juga, bukan cuma pelajaran kitab.

Peneliti: Betul. Dan kamu sudah membuktikan itu dengan caramu sendiri. Terakhir, kamu ada pesan buat dirimu sendiri nanti, kalau mungkin rasa capek itu datang lagi?

Klien (*tersenyum*): Iya. Kalau suatu hari nanti saya mulai ngerasa pengen nyerah lagi... saya bakal ingat kalau saya udah pernah hampir lari, tapi saya bisa balik dan bangkit. Jadi saya pasti bisa lagi.

Peneliti: Amin. Kalimat itu bagus banget—Kakak harap kamu bisa terus pegang itu. Jangan lupa juga, self-management itu bukan buat sekali jalan. Itu bekal seumur hidup.

Klien: Terima kasih banyak ya, Kak. Kalau nggak ada sesi ini, mungkin saya udah nggak di sini lagi.

Peneliti: Terima kasih juga karena sudah berani berubah. Kakak cuma bantu menyalakan lampu, tapi kamu sendiri yang berjalan.

Klien: Doain saya terus ya, Kak...

Peneliti: Insya Allah. Kamu sudah memulai sesuatu yang hebat. Lanjutkan dengan niat yang tulus dan usaha yang konsisten. Kakak juga mendoakan semoga kamu jadi pribadi yang semakin kuat, sabar, dan istiqamah. Jangan lupa, gagal itu bukan akhir, tapi bagian dari perjalanan.

Klien: Iya, Kak. Saya nggak akan lupa. Terima kasih untuk semuanya...

Peneliti: Sama-sama. Semangat terus, dan terus jadi versi terbaik dari dirimu sendiri, ya.

Klien: oke kak saya pamit dulu assalamualaikum..

Peneliti : waalaikumsalam hatihati sehat selalu yaa

Surat Keterangan telah Melaksanakan Penelitian

 **YAYASAN MA'HAD TARBİYATUL MUBTADIIN**
MADRASAH TSANAWIYAH MIFTAHUL HUDA (MTs-MH)
PASIRNANGKA-TIGARAKSA-TANGERANG-BANTEN
Tetap berakreditasi A Nomor : 146/AN-PT/MTs-MH/2014 - NPSN : 121134000199 NPSN : 206122835
 Akte Notaris Yayasan Askead Bawas, SH No. 13, 14 Oktober 2014 SH, Notary Kantor MTs-MH, AHS 4841145 0125 84 Tahun 2014
 Alamat : Jl. Arja Jaya, Satek 3216, 2.5 RT/ 04332 Pasirnangka, Tigaraksa, Tangerang 11710 Telp. (021) 599 4560 - (021) 599 4561

SURAT KETERANGAN
 Nomor : 012/Tamuh/MTs-MH/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala Madrasah Tsanawiyah Miftahul Huda Kel. Pasir Nangka Kec. Tigaraksa Kab. Tangerang dengan ini menerangkan bahwa :

Nama	: Intan Nurul Kamilah
Nim	: 211340057
Fakultas/Jurusan	: Dakwah/Bimbingan Konseling Islam (BKSI)
Institusi	: UIN Sunan Munawar Hasanudin Banten
Judul Penelitian	: Implementasi Teknik Self Management untuk Meningkatkan Penyesuaian diri Santri Baru

Bahwa nama tersebut di atas telah melaksanakan penelitian di Madrasah Tsanawiyah Miftahul Huda Kel. Pasir Nangka Kec. Tigaraksa Kab. Tangerang pada tanggal 26 Maret 2025.

Demikian surat keterangan ini di buat untuk dapat di pergunakan sebagaimana mestinya.

Tangerang, 24 Maret 2025
 Kepala Madrasah

H. AHMAD HARIRY S.E.

Madrasah ini dikelola dan dibina oleh Pondok Pesantren Tarbiyatul Mubtadiin (Tarmuh)

Pelaksanaan konseling individual pada tanggal 20 Maret 2025



Pelaksanaan konseling individual pertama pada tanggal 10 Maret 2025





Proses pelaksanaan konseling individual dengan teknik self management pertemuan pertama 10 maret 2025



Proses pelaksanaan konseling individual dengan teknik self management pertemuan trakhir 20 maret 2025



Pelaksanaan konseling individual pertemuan pertama



Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)

KEPUASAN KONSELI TERHADAP PROSES KONSELING INDIVIDUAL				
Nama Konseli : <u>Ma</u> Nama konselor : <u>Iman Humi Kamilah</u>				
Petunjuk: 1. Bacalah secara teliti 2. Berilah tanda ceklis pada kolom jawaban yang tersedia				
No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan guru BK atau konselor terhadap kehadiran anda		✓	
2.	Kemudahan guru BK atau konselor untuk diajak curhat	✓		
3.	Kepercayaan anda terhadap guru BK atau konselor dalam layanan konseling		✓	
4.	Pelayanan pemecahan masalah tercapai melalui konseling individual	✓		

Keterangan

Dokumen ini bersifat rahasia

Tangerang, 21 Maret 2025

Konseli/Santri



RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
KONSELING INDIVIDUAL
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2024/2025

1. Nama Konseli : AB
2. Kelas : 7
3. Hari, Tanggal: 11 Maret 2025
4. Pertemuan ke : 1 (pertama)
5. Waktu : 45 menit
6. Tempat : Ruang BK MTs Miftahul Huda
7. Keluhan : konseli masih kurang dalam mengelola dirinya sendiri, konseli sempat tertangkap Ketika mencoba melarikan diri dari Pondok Pesantren, konseli masih merasa kurang nyaman dengan lingkungan pondok pesantren

Tangerang, 9 Maret 2025
Konselor



Iqbal Nurul Kamilah

Keterangan:
Dokumen ini bersifat rahasia

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
KONSELING INDIVIDUAL
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2024/2025**

1. Nama Konseli : MN
2. Kelas : 7
3. Hari, Tanggal: 12 Maret 2025
4. Pertemuan ke : 1 (pertama)
5. Waktu : 45 menit
6. Tempat : Ruang BK MTs Miftahul Huda
7. Keluhan : konseli masih kurang nyaman mengikuti peraturan-peraturan yang ada pada pondok pesantren, konseli masih kurang dalam mengelola diri, konseli terlihat tidak bersemangat karena kurang nyaman dengan lingkungan pesantren

Tangerang, 9 Maret 2025
Konselor



Intan Nurul Kamilah

Keterangan:

Dokumen ini bersifat rahasia

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
KONSELING INDIVIDUAL
PONDOK TARBIYATUL MUBTADIIN TAHUN 2025

Komponen	: Konseling Individual
Bidang Layanan	: Pribadi dan Sosial
Alokasi Waktu	: 1 x 45 menit
Sasaran	: Santri baru di Pondok Pesantren Tarbiyatul Muhtadiin
Fungsi Layanan	: Pengentasan
Pendekatan Konseling	: Teknik <i>Self Management</i>

1.	Tujuan Layanan 1. Klien dapat memahami kepribadian diri dan Sosial 2. Klien dapat membuat Rencana yang lebih baik setelah melakukan Konseling 3. Klien dapat mengentaskan Permasalahan Klien mampu mengemukakan keinginan dan kebutuhannya.
2.	Metode Pelaksanaan 1. Tatap Muka face to face
3.	Langkah-Langkah Kegiatan Layanan Tahap Awal 1.1 Konselor Membuka dengan salam dan mengucapkan terimakasih kepada Klien. 1.2 Konselor Memperkenalkan diri dan begitupun Klien memperkenalkan diri (Membangun Hubungan yang baik dengan 1.3 Konselor menjelaskan pengertian konseling individual tujuan, dan Azaz yang ada pada konseling individual

	Konselor memberikan informasi apa saja yang turundipahami oleh klien
	1.5 Konselor menanyakan kepada klien apakah ada yang ingin di sampaikan atau di tanyakan
	Tahap Peralihan
	11 Konselormenanyakankesiapankepadaklienuntuk memulai konseling
	1.2 Berdo'a
	Tahap inti i
	1.1 Konselor Menanyakan kepada klien terkait permasalahan yang sedang di alami klien
	1.2 Konsekor Mempersilahkan Klien untuk menceritakan permasalahanya
	1.3 Konselorielshmeng galipernasalahan Klien.
	Konselor menanyakan arah atau tindakan klien, dengan mengajukan pertanyaan" apa yang akan kama lakukan
	1.5 Konselor menanyakan evaluasi diri klien dengan pertanyaan apakah yang kamu lakukan akhir-akhir ini dapat membantumu dalam menghadapi masalah?
	Konselor memberikan aralun dan memberikan pendekatan kepada klien
	Konselor Menanyakan Planning atau perencanaan klien untuk kedepanya.
	Tahap penutup
	1,1 Konsekor Meminta Klien untuk memberikanpesandan kesan terhadap kegiatan konseling
	1.2 Konselor melakukan evaluasi terhadap kegiatan konseling.
	1.3 Kontrak
	1.4 Konselormemberikanke simpulanter kaitkegiatankonseling
	1.5 Konselor mengakhiri dengan doa dan salam.

4.	Tindak Lanjut 1.1 Konselor Menindaklanjuti Klien apabila memerlukan pertemuan kembali dan Mengevaluasi Klien
----	--

Tangerang, 9 Maret 2025



Irfan Nurul Kamilah