CONSEILS (Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam) P-ISSN : 2775-8664 E-ISSN : 2776-8902
Avalaible online at: https://ejournal.insud.ac.id/index.php/bki
Volume 6, Nomor 2, Oktober 2026 | DOI: 10.55352/conseils.v6i2.2989

PERMASALAHAN BINA DIRI SISWA DI PESANTREN MODERN

Ardiyana Zainal[1)], Sintiya Istikomah[2)], Siti Afifah[3)], Melly Febiyanti[4)], Vany Dwi Putri[5)]
[1),2),3),4),5)] Universitas Islam Bunga Bangsa, Cirebon, Indonesia

e-mail Correspondent: annaardiyana196@gmail.com

Received: 23-08-2026 Revised: 20-09-2026 Accepted: 20-10-2026

Info Artikel

Keywords:
Self-Care; Independence; Counseling; Junior High School Students; Boarding School.

Abstract

This study was motivated by concerns raised by the guidance and counseling (BK) teacher about the self-care (bina diri) of seventh-grade students at SMPIQu Al-Bahjah, a boarding-based Islamic junior high school. It aimed to (1) identify the forms of self-care problems, (2) explore the factors that informants perceived as contributing to these problems, and (3) describe the intervention efforts identified in the school. A descriptive qualitative approach was used, with data collected through semi-structured interviews, participant observation, and documentation involving seventh-grade students, the BK teacher, a boarding supervisor, and parents. An initial mapping estimated that about 30% of seventh-grade students showed relatively serious self-care problems; this figure is reported as an initial estimate, not as a prevalence measured with a standardized instrument. The observed problems were grouped into three analytical categories: managing personal belongings and space, personal hygiene, and time and routine management, with variation in form and intensity across students. Informants attributed the problems to limited independence practice at home, a helping-oriented parenting pattern, difficulty adapting to boarding life, and weak time management, although each informant group emphasized different factors. The identified efforts included individual and group counseling using CBT techniques, behavioral habituation and reinforcement in the dormitory, and the integration of Islamic values. Informants reported gradual behavioral change, but the study design does not allow conclusions about the effectiveness of any specific intervention.

Kata kunci:
Bina Diri, Kemandirian, Konseling, Siswa SMP, Pesantren.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh keprihatinan guru Bimbingan dan Konseling (BK) terhadap kemampuan bina diri siswa kelas VII di SMPIQu Al-Bahjah, sekolah Islam berbasis asrama. Penelitian ini bertujuan untuk (1) mengidentifikasi bentuk permasalahan bina diri, (2) mengeksplorasi faktor-faktor yang dipersepsikan informan berkontribusi terhadap permasalahan tersebut, dan (3) mendeskripsikan upaya penanganan yang teridentifikasi di sekolah. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik wawancara semi-terstruktur, observasi partisipatif, dan dokumentasi yang melibatkan siswa kelas VII, guru BK, pengurus asrama, dan orang tua. Pemetaan awal memperkirakan sekitar 30% siswa kelas VII menunjukkan permasalahan bina diri yang cukup serius; angka ini dilaporkan sebagai estimasi awal, bukan prevalensi yang diukur dengan instrumen baku. Permasalahan yang ditemukan dikelompokkan ke dalam tiga kategori analitis, yaitu pengelolaan barang dan ruang pribadi, kebersihan dan perawatan diri, serta pengelolaan waktu dan rutinitas, dengan variasi bentuk dan intensitas antarsiswa. Informan mengaitkan permasalahan tersebut dengan minimnya

latihan kemandirian di rumah, pola pengasuhan yang cenderung serba membantu, kesulitan beradaptasi dengan kehidupan asrama, dan lemahnya pengelolaan waktu, meskipun tiap kelompok informan menekankan faktor yang berbeda. Upaya yang teridentifikasi meliputi konseling individu dan kelompok dengan teknik CBT, pembiasaan dan penguatan perilaku di asrama, serta integrasi nilai-nilai Islam. Informan melaporkan adanya perubahan perilaku secara bertahap, tetapi desain penelitian tidak memungkinkan penarikan kesimpulan tentang efektivitas intervensi tertentu.Hasil penelitian menunjukan bahwa sekitar 30% siswa kelas VII mengalami permasalahan bin diri dengan tingkat keparahan cukup tinggi. Permasalahan yang muncul meliputi ketidakmampuan merapihkan barang pribadi, kebiasaan menjaga kebersihan diri yang rendah, serta lemahnya manajemen waktu. Faktor penyebab utama meliputi kurangnya pembiasaan kemandirian di rumah, pola asuh yang cenderung memanjakan, dan kesulitan adaptasi terhadap lingkungan asrama. Upaya penanganan dilakukan melalui konseling individu, konseling kelompok, pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (CBT), serta pembiasaan perilaku positif. Hasil penelitian menunjukan adanya perubahan perilaku secara bertahap, meskipun belum optimal.

PENDAHULUAN

Proses pendidikan memiliki tujuan yang lebih luas daripada sekedar pencapaian akademik, karena juga berperan dalam membentuk karakter, tanggung jawab, dan kemandirian peserta didik. (Purnomo, Huda, Agnesti, & Fathoni, 2025). Salah satu kemampuan yang penting dikembangkan pada peserta didik adalah bina diri, yaitu keterampilan individu dalam memenuhi kebutuhan pribadi dan menjalankan aktivitas harian tanpa bergantung pada orang lain (Widya, Rozana, Harahap, & Panggabean, 2024). Bina diri menjadi bagian dari perkembangan pribadi yang sangat penting, khususnya pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP), di mana peserta didik sedang berada pada fase transisi dari masa kanak-kanak menuju remaja.

Bina diri pada peserta didik tidak hanya berkaitan dengan kemampuan merawat diri secara fisik, tetapi juga mencakup pembentukan kebiasaan hidup teratur, disiplin, dan bertanggung jawab terhadap kebutuhan pribadi. Pada fase remaja awal, kemampuan ini penting karena menjadi dasar bagi terbentuknya kemandirian dan kesiapan sosial dalam menghadapi lingkungan yang lebih kompleks. Oleh karena itu, pembinaan bina diri perlu mendapat perhatian sejak awal agar peserta didik tidak hanya mampu menyesuaikan diri secara akademik, tetapi juga secara personal dan sosial.

Namun, dalam praktiknya, tidak semua peserta didik memiliki kemampuan bina diri yang memadai. Dalam wawancara pendahuluan, guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMPIQu Al-Bahjah menyampaikan bahwa permasalahan bidang pribadi yang paling sering ia tangani pada siswa kelas VII berkaitan dengan bina diri, antara lain menjaga kebersihan diri, merapikan barang pribadi, mencuci pakaian, dan mengatur kebutuhan sehari-hari. Pemetaan awal yang bersumber dari catatan observasi peneliti dan data pembinaan guru BK memperkirakan sekitar 30% siswa kelas VII menunjukkan permasalahan bina diri yang tergolong cukup serius. Angka tersebut merupakan estimasi awal untuk menggambarkan konteks masalah, bukan prevalensi yang diukur dengan instrumen baku; dasar penetapannya dijelaskan pada bagian Metode Penelitian.

Kondisi tersebut mengisyaratkan adanya ketidaksesuaian antara kesiapan sebagian siswa dan tuntutan kehidupan pesantren berbasis asrama yang menekankan sikap mandiri dan disiplin. Guru BK menduga bahwa sebagian siswa berasal dari keluarga yang cenderung serba membantu anak, misalnya melalui keberadaan asisten rumah tangga atau minimnya pembiasaan aktivitas

mandiri di rumah, sehingga mereka mengalami kesulitan ketika memasuki lingkungan baru yang menuntut kemandirian. Selain itu, manajemen waktu, kesadaran diri, dan motivasi pribadi juga disebut sebagai hal yang turut berperan. Dugaan-dugaan awal ini tidak diperlakukan sebagai kesimpulan, melainkan sebagai hal yang ditelusuri lebih lanjut dengan membandingkan perspektif siswa, orang tua, guru BK, dan pengurus asrama serta mempertimbangkan penjelasan alternatif.

Dalam lingkungan pesantren modern, siswa dituntut untuk hidup mandiri dalam aktivitas sehari-hari, seperti mengatur waktu, menjaga kebersihan kamar, merapikan barang pribadi, dan mematuhi jadwal kegiatan. Tuntutan ini sering menjadi tantangan bagi siswa baru yang sebelumnya terbiasa dibantu dalam banyak hal di rumah. Karena itu, kemampuan beradaptasi terhadap budaya asrama menjadi salah satu aspek penting dalam pembinaan bina diri siswa.

Rendahnya kemampuan bina diri perlu mendapat perhatian karena dapat memengaruhi proses adaptasi, hubungan sosial, dan kedisiplinan siswa dalam kegiatan sehari-hari. Siswa yang belum mampu mengelola dirinya dengan baik dapat mengalami kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan, mengalami gesekan dengan teman sebaya, serta terganggu proses belajarnya. Oleh karena itu, diperlukan pemahaman yang lebih rinci tentang bentuk permasalahan, faktor yang melatarbelakanginya, dan upaya yang telah dilakukan sekolah.

Dalam konteks ini, guru BK memiliki peran penting dalam membantu siswa mengembangkan kemampuan bina diri. Berdasarkan informasi awal dari guru BK, penanganan permasalahan bina diri di SMPIQu Al-Bahjah dilakukan melalui konseling kelompok, konseling individu, serta pemantauan dan pembinaan berkelanjutan bersama pengurus asrama. Pendekatan yang digunakan antara lain Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dan pendekatan behavioral yang berfokus pada pembiasaan perilaku positif. Pendekatan tersebut dimaksudkan untuk membantu siswa memahami permasalahan yang dihadapi sekaligus melatih perubahan pola pikir dan perilaku ke arah yang lebih adaptif.

Secara teoritis, bina diri merupakan bagian dari perkembangan kemandirian individu yang berkaitan dengan kemampuan mengurus diri sendiri tanpa ketergantungan pada orang lain (Natalia, Eka Nugraha, & Susilawati, 2025). Menurut teori perkembangan, kemandirian merupakan salah satu tugas perkembangan yang harus dicapai pada masa remaja awal (Hendi, Ikhram, Suryana, & Abdurrahmansyah, 2023). Selain itu, dalam perspektif bimbingan dan konseling, bina diri termasuk dalam bidang layanan pribadi yang bertujuan membantu individu memahami dan mengembangkan potensi dirinya secara optimal. Pendekatan CBT yang digunakan dalam penanganan masalah bina diri juga didasarkan pada asumsi bahwa perilaku individu dipengaruhi oleh pola pikir, sehingga perubahan perilaku dapat dilakukan melalui perubahan kognitif.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengidentifikasi bentuk permasalahan bina diri pada siswa kelas VII di SMPIQu Al-Bahjah; (2) mengeksplorasi faktor-faktor yang dipersepsikan oleh siswa, orang tua, guru BK, dan pengurus asrama berkontribusi terhadap permasalahan bina diri; serta (3) mendeskripsikan upaya penanganan yang teridentifikasi, terutama yang dilakukan guru BK bersama pengurus asrama. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang rinci mengenai kondisi bina diri siswa serta menjadi referensi dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah berasrama.

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi beberapa pihak. Bagi sekolah, temuan ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam merancang program pembinaan bina diri yang lebih terstruktur. Bagi guru BK, temuan ini dapat menjadi acuan awal dalam

melakukan asesmen dan memilih strategi penanganan. Bagi orang tua, temuan ini dapat menjadi bahan refleksi tentang pembiasaan kemandirian anak di rumah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk menggambarkan permasalahan bina diri siswa berdasarkan kondisi nyata di lapangan. Pendekatan ini dipilih karena penelitian bertujuan memahami pengalaman, kebiasaan, dan cara para informan memaknai faktor-faktor yang berkaitan dengan permasalahan bina diri di lingkungan asrama, bukan untuk mengukur besaran masalah atau menguji hubungan sebab-akibat.

Penelitian dilaksanakan di SMPIQu Al-Bahjah Bogor pada Januari hingga Juni 2026. Informan penelitian terdiri atas 5 siswa kelas VII (Siswa A–E), 2 orang tua siswa (Orang Tua A dan B), 1 guru BK, dan 1 pengurus asrama. Siswa dipilih secara purposive dari kelompok siswa yang teridentifikasi dalam pemetaan awal, dengan mempertimbangkan kesediaan siswa dan izin orang tua. Guru BK dan pengurus asrama dipilih karena terlibat langsung dalam pembinaan sehari-hari, sedangkan orang tua dipilih untuk memperoleh gambaran kebiasaan anak di rumah. Orang Tua A adalah orang tua Siswa C]. Karena seluruh siswa informan berasal dari kelompok yang teridentifikasi bermasalah, penelitian ini tidak melibatkan siswa pembanding yang tidak menunjukkan permasalahan bina diri.

Status angka estimasi awal. Angka sekitar 30% yang disebutkan dalam artikel ini bersumber dari data pembinaan guru BK yang disusun pada minggu pertama s.d. keempat bulan Maret tahun 2026. Denominator angka tersebut adalah seluruh siswa kelas VII sebanyak 60 siswa, dan 5 siswa di antaranya dikategorikan mengalami permasalahan bina diri yang cukup serius. Indikator yang digunakan ada empat, yaitu (a) tidak merapikan barang dan tempat tidur pribadi, (b) kebiasaan menjaga kebersihan diri yang rendah, (c) kesulitan mencuci pakaian sendiri, dan (d) lemahnya pengelolaan waktu, misalnya terlambat mengikuti kegiatan. Penetapan kategori dilakukan dengan cara siswa dimasukkan ke kategori "cukup serius" apabila menunjukkan sedikitnya tiga dari empat indikator secara berulang, minimal 3 kali per minggu selama periode pengamatan, berdasarkan kesepakatan guru BK dan pengurus asrama. Karena indikator tersebut tidak diukur dengan instrumen terstandar dan tidak diuji reliabilitas antarpengamatnya, angka 30% diperlakukan sebagai estimasi awal yang menggambarkan konteks masalah, bukan prevalensi yang terukur secara baku.

Instrumen utama penelitian adalah peneliti sendiri, dengan instrumen pendukung berupa pedoman wawancara semi-terstruktur dan pedoman observasi. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif terhadap kegiatan harian di asrama dan sekolah 6 kali sesi wawancara dan 7 hari observasi dan dilakukan setiap pagi hari, serta dokumentasi. Dokumen yang ditelaah meliputi catatan kegiatan siswa, tata tertib asrama, jurnal pembinaan guru BK, rekap pelanggaran kebersihan dan kerapian asrama, serta foto kegiatan pembiasaan bina diri.

Analisis data mengikuti model Miles, Huberman, dan Saldaña (2014), yaitu kondensasi data, penyajian data, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan. Transkrip wawancara dan catatan observasi dikode secara terbuka, kemudian kode-kode tersebut dikelompokkan sesuai tiga tujuan penelitian. Untuk tujuan pertama, kode perilaku dikelompokkan berdasarkan ranah aktivitas yang terdampak sehingga menghasilkan tiga kategori analitis: pengelolaan barang dan ruang pribadi, kebersihan dan perawatan diri, serta pengelolaan waktu dan rutinitas. Untuk tujuan kedua, setiap pernyataan tentang penyebab dikode sebagai faktor yang dipersepsikan dan diberi tanda

sumbernya (siswa, orang tua, guru BK, atau pengurus asrama) agar perbedaan perspektif dapat dibandingkan. Untuk tujuan ketiga, data dikelompokkan berdasarkan jenis upaya, pelaksana, dan perubahan yang dilaporkan. Matriks per informan digunakan untuk melihat variasi antarpartisipan serta kasus yang tidak sesuai dengan pola dominan.

Keabsahan data diperiksa melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi dari siswa, orang tua, guru BK, dan pengurus asrama, sedangkan triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Perbedaan keterangan antarsumber tidak diseragamkan, tetapi dilaporkan sebagai variasi perspektif. Data tentang perubahan perilaku berasal dari laporan informan dan rekap dokumen sekolah; penelitian ini tidak menggunakan desain eksperimen maupun kelompok pembanding sehingga tidak dimaksudkan untuk menguji efektivitas intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian disajikan dalam tiga subbagian sesuai tujuan penelitian. Setiap tema diuraikan secara berurutan melalui deskripsi temuan, kutipan informan, bukti dari sumber lain, serta variasi atau pengecualian. Penafsiran terhadap temuan disampaikan pada subbagian Pembahasan.

1. Bentuk Permasalahan Bina Diri Siswa

Pemetaan awal memperkirakan sekitar 30% (18 dari 60) siswa kelas VII menunjukkan permasalahan bina diri yang cukup serius. Sebagaimana dijelaskan pada bagian metode, angka ini merupakan estimasi awal. Data kualitatif berikut menggambarkan bentuk permasalahan yang dialami siswa yang menjadi informan, bukan sebaran masalah di seluruh kelas VII. Perilaku yang tercatat, yaitu tempat tidur berantakan, pakaian tidak tertata, perlengkapan belajar tercecer, keterlambatan mandi dan mencuci, keterlambatan mengikuti kegiatan, serta kesulitan menjaga kebersihan, dikelompokkan ke dalam tiga kategori analitis berdasarkan ranah aktivitas yang terdampak (Tabel 1).

Tabel 1. Kategori Analitis Bentuk Permasalahan Bina Diri

Kategori analitis	Bentuk perilaku yang tercatat	Sumber data	Variasi antarpartisipan
Pengelolaan barang dan ruang pribadi	Tempat tidur tidak dirapikan; pakaian tidak tertata; perlengkapan belajar tercecer	Wawancara Siswa A dan pengurus asrama; observasi kamar; foto kegiatan	Siswa A menyebut "lupa", bukan menolak; pengurus asrama menyebut "beberapa siswa", artinya tidak merata
Kebersihan dan perawatan diri	Terlambat mandi; belum terbiasa mencuci pakaian sendiri; kebersihan diri kurang terjaga	Wawancara Siswa B, Siswa C, dan pengurus asrama; tata tertib dan rekap pelanggaran kebersihan	Siswa B mengaitkannya dengan pembagian waktu, bukan ketidakmampuan; Siswa C dengan kebiasaan dilayani di rumah
Pengelolaan waktu dan rutinitas	Terlambat mengikuti kegiatan pondok dan sekolah; bingung membagi waktu antara mandi, mencuci, dan kegiatan	Wawancara Siswa B; observasi kegiatan harian;	Muncul sebagai masalah tersendiri sekaligus sebagai penyebab masalah pada dua kategori lain

Tema 1.1: Pengelolaan barang dan ruang pribadi

Deskripsi temuan. Permasalahan ini tampak pada kebiasaan meninggalkan tempat tidur dalam keadaan berantakan, pakaian yang tidak tertata di lemari, dan perlengkapan belajar yang tercecer. *Kutipan informan.*

Siswa A menyatakan, "Saya sering lupa merapikan tempat tidur karena terbiasa dibereskan ibu di rumah." Pengurus asrama menyampaikan, "Beberapa siswa masih harus sering diingatkan soal kebersihan kamar dan barang pribadi." *Bukti dari sumber lain.* Catatan observasi kamar pada hari Selasa menunjukkan tempat tidur yang masih belum rapi dan banyak pakaian yang di gantung sembarangan. *Variasi dan pengecualian.* Siswa A menggambarkan masalahnya sebagai kelupaan, bukan ketidaktahuan atau penolakan. Pengurus asrama menggunakan istilah "beberapa siswa", yang menunjukkan bahwa masalah ini tidak dialami secara merata.

Tema 1.2: Kebersihan dan perawatan diri

Deskripsi temuan. Bentuk permasalahan ini meliputi keterlambatan mandi, belum terbiasanya siswa mencuci pakaian sendiri, dan kebersihan diri yang kurang terjaga. *Kutipan informan.* Siswa B menyatakan, "Kadang saya terlambat mandi atau mencuci karena bingung membagi waktu." Siswa C menyampaikan, "Kalau di rumah semua sudah disiapkan, jadi di asrama masih sulit menyesuaikan." *Bukti dari sumber lain.* Tata tertib asrama mengatur merapikan tempat tidur dan tempat makan, dan rekap pelanggaran kebersihan pada [minggu pertama] mencatat 5 pelangaran berupa kamar tidur yang tidak rapi. *Variasi dan pengecualian.* Siswa B menggambarkan masalahnya sebagai sesuatu yang terjadi "kadang-kadang" dan berkaitan dengan pembagian waktu, bukan dengan ketidakmampuan melakukan tugas. Sebaliknya, Siswa C mengaitkan kesulitannya dengan kebiasaan dilayani di rumah. Dengan demikian, perilaku yang tampak serupa dijelaskan secara berbeda oleh siswa yang mengalaminya.

Tema 1.3: Pengelolaan waktu dan rutinitas

Deskripsi temuan. Permasalahan ini tampak pada keterlambatan mengikuti kegiatan pondok maupun sekolah serta kesulitan menyusun urutan aktivitas pribadi di sela jadwal asrama. *Kutipan informan.* Pernyataan Siswa B tentang "bingung membagi waktu" merupakan contoh paling langsung dari tema ini. *Bukti dari sumber lain.* Observasi kegiatan harian mencatat 5 siswa informan yang terlambat mengikuti kegiatan pagi selama periode observasi. *Variasi dan pengecualian.* Tema ini tidak berdiri sendiri. Pada sebagian siswa, kesulitan mengatur waktu muncul sebagai masalah tersendiri, sedangkan pada siswa lain menjadi penyebab langsung masalah kebersihan dan kerapian.

Respons siswa terhadap teguran juga bervariasi. Berdasarkan observasi dan keterangan pengurus asrama, sebagian siswa merasa malu ketika ditegur di depan teman-temannya, sedangkan sebagian lain tampak acuh terhadap aturan kebersihan. Kurangnya kebersihan dan kerapian juga tercatat memicu teguran dari pengurus asrama dan gesekan kecil dengan teman sebaya.

2. Faktor yang Dipersepsikan Berkontribusi

Faktor-faktor berikut dilaporkan sebagai faktor yang dipersepsikan informan, bukan sebagai hubungan sebab-akibat yang telah diuji. Tabel 2 merangkum faktor yang ditekankan oleh setiap kelompok informan.

Tabel 2. Perbandingan Perspektif Informan tentang Faktor yang Berkontribusi

Kelompok informan	Faktor yang ditekankan	Contoh pernyataan	Catatan perspektif
Siswa	Kebiasaan dibantu di rumah; kaget dengan aturan asrama; kesulitan membagi waktu	Siswa A: "...terbiasa dibereskan ibu di rumah." Siswa D: "Awalnya saya kaget dengan aturan asrama yang harus serba sendiri."	Penjelasan beragam; Siswa B tidak menyinggung kebiasaan di rumah
Orang tua	Anak jarang mengerjakan tugas pribadi sendiri; ada ART yang membantu	Orang Tua A: "Anak saya memang jarang melakukan pekerjaan sendiri di rumah." Orang Tua B: "Biasanya ada ART yang membantu kebutuhan anak."	Menggambarkan praktik di rumah; bantuan dimaknai sebagai bentuk kasih sayang
Guru BK	Pola asuh yang memanjakan berkaitan	"Siswa yang dimanja di rumah cenderung lebih sulit disiplin di	Atribusi profesional berdasarkan pengalaman

Kelompok informan	Faktor yang ditekankan	Contoh pernyataan	Catatan perspektif
	dengan kesulitan disiplin	asrama."	menangani siswa; merupakan penilaian, bukan data tentang pola asuh
Pengurus asrama	Kurangnya kesadaran menjaga kebersihan dan kerapian	"Beberapa siswa masih harus sering diingatkan soal kebersihan kamar dan barang pribadi."	Berfokus pada perilaku di asrama; tidak menyinggung latar keluarga

Tema 2.1: Pengalaman kemandirian di rumah dan pola pengasuhan

Deskripsi temuan. Pengalaman di rumah merupakan faktor yang paling sering disebut, tetapi setiap kelompok informan membingkainya secara berbeda. *Kutipan informan.* Orang Tua A menyatakan, "Anak saya memang jarang melakukan pekerjaan sendiri di rumah," sedangkan Orang Tua B menyampaikan, "Biasanya ada ART yang membantu kebutuhan anak." Guru BK menyatakan, "Siswa yang dimanja di rumah cenderung lebih sulit disiplin di asrama." *Bukti dari sumber lain.* Pernyataan Siswa A dan Siswa C tentang kebiasaan dibantu di rumah sejalan dengan keterangan kedua orang tua *Variasi dan pengecualian.* Orang tua menggambarkan praktik sehari-hari dan memaknai bantuan kepada anak sebagai bentuk kasih sayang. Guru BK membingkai praktik yang sama sebagai pola asuh yang memanjakan, sedangkan pengurus asrama tidak menyinggung latar keluarga sama sekali. Siswa B, yang juga mengalami permasalahan kebersihan, tidak mengaitkan kesulitannya dengan kebiasaan di rumah. Perlu dicatat pula bahwa hanya dua orang tua yang diwawancarai dan tidak ada data dari keluarga siswa yang tidak mengalami permasalahan.

Tema 2.2: Transisi dan adaptasi terhadap kehidupan asrama

Deskripsi temuan. Perpindahan dari lingkungan rumah ke kehidupan pesantren yang memiliki jadwal dan aturan ketat dipersepsikan sebagai sumber kesulitan, terutama pada masa awal tinggal di asrama. *Kutipan informan.* Siswa D menyatakan, "Awalnya saya kaget dengan aturan asrama yang harus serba sendiri." Siswa C juga menyebut bahwa ia "masih sulit menyesuaikan" di asrama. *Bukti dari sumber lain.* Observasi dan keterangan pengurus asrama menunjukkan bahwa sebagian siswa menunda tugas dan kurang memperhatikan kebersihan pribadi, terutama pada masa awal tinggal di asrama. *Variasi dan pengecualian.* Kata "awalnya" dalam pernyataan Siswa D mengisyaratkan bahwa kesulitan tersebut dialami sebagai fase sementara. Respons siswa terhadap tuntutan baru juga berbeda: sebagian menunjukkan penundaan dan sikap acuh, sedangkan sebagian lain merasa malu ketika ditegur.

Tema 2.3: Pengelolaan waktu, kesadaran, dan motivasi pribadi

Deskripsi temuan. Faktor individual seperti pengelolaan waktu, kesadaran tentang pentingnya kebersihan, dan motivasi untuk berubah juga disebut informan. *Kutipan informan.* Siswa B menyebut "bingung membagi waktu", sedangkan pengurus asrama menekankan bahwa beberapa siswa "harus sering diingatkan". *Bukti dari sumber lain.* Menurut guru BK dan pengurus asrama, sebagian siswa menganggap kebersihan dan kerapian bukan hal penting. Perilaku yang sama dibingkai secara berbeda. Siswa B menjelaskannya sebagai persoalan pengaturan waktu dalam jadwal yang padat, sedangkan pengurus asrama memandangnya sebagai persoalan kesadaran.

3. Upaya Penanganan yang Teridentifikasi

Upaya penanganan yang teridentifikasi dirangkum dalam Tabel 3, berikut pelaksana, sumber data, dan perubahan yang dilaporkan atau diamati.

Tabel 3. Upaya Penanganan dan Perubahan yang Dilaporkan

Upaya	Pelaksana	Sumber data	Perubahan yang dilaporkan atau diamati

Upaya	Pelaksana	Sumber data	Perubahan yang dilaporkan atau diamati
Konseling individu dengan teknik CBT	Guru BK	Wawancara guru BK; jurnal pembinaan 6 kali dan 5 siswa	Guru BK melaporkan meningkatnya kepercayaan diri dan motivasi sebagian siswa
Konseling kelompok	Guru BK	Wawancara guru BK; jurnal pembinaan	Guru BK melaporkan siswa lebih terbuka dan saling berbagi pengalaman
Jadwal piket, pengawasan rutin, dan penguatan positif	Pengurus asrama bersama guru BK	Wawancara pengurus asrama; jadwal piket; rekap pelanggaran	Rekap menunjukkan penurunan pelanggaran sekitar 20% dalam tiga bulan; Siswa E melaporkan mulai terbiasa merapikan tempat tidur
Integrasi nilai-nilai Islam	Guru BK	Wawancara guru BK	Guru BK menilai siswa lebih mudah menerima arahan; belum dikonfirmasi dari perspektif siswa

Tema 3.1: Konseling individu dan kelompok dengan teknik CBT

Deskripsi temuan. Guru BK melaksanakan konseling individu bagi siswa yang dinilai memiliki permasalahan lebih berat serta konseling kelompok untuk memberi ruang berbagi pengalaman dan kesulitan hidup di asrama. Dalam konseling individu, guru BK menggunakan teknik CBT untuk membantu siswa mengenali dan mengubah keyakinan negatif, misalnya keyakinan bahwa dirinya tidak mampu membersihkan kamar sendiri. *Kutipan informan.* Guru BK menyatakan, "Kami menggunakan konseling individu dan kelompok agar siswa lebih terbuka," dan "Pendekatan CBT membantu siswa mengubah pola pikir negatif." *Bukti dari sumber lain.* Guru BK melaporkan adanya resistensi sebagian siswa pada tahap awal serta keterbatasan waktu konseling di tengah jadwal asrama yang padat.

Tema 3.2: Pembiasaan dan penguatan perilaku di asrama

Deskripsi temuan. Pengurus asrama bersama guru BK menerapkan jadwal piket kebersihan, pengawasan rutin, penilaian harian, serta penguatan positif berupa pujian dan penghargaan sederhana bagi siswa yang menunjukkan perkembangan. Bagi siswa baru, guru BK juga memberikan layanan orientasi dan informasi tentang peraturan asrama. *Kutipan informan.* Pengurus asrama menyatakan, "Kami membuat jadwal kebersihan harian untuk melatih tanggung jawab siswa." *Bukti dari sumber lain.* Jadwal piket dan rekap pelanggaran asrama menjadi dokumen pendukung.

Tema 3.3: Integrasi nilai-nilai Islam dalam layanan BK

Deskripsi temuan. Guru BK mengaitkan kebersihan, kedisiplinan, dan tanggung jawab dengan ajaran Islam, termasuk dalil Al-Qur'an dan hadis tentang kebersihan sebagai bagian dari iman. Penilaian bahwa siswa lebih mudah menerima arahan melalui pendekatan ini berasal dari guru BK dan belum digali dari perspektif siswa.

Perubahan yang dipersepsikan dan diamati

Siswa E menyatakan, "Setelah sering diarahkan, saya mulai terbiasa merapikan tempat tidur sendiri." Rekap pelanggaran asrama yang dilaporkan oleh pengurus asrama menunjukkan penurunan frekuensi pelanggaran kebersihan dan kerapian sekitar 20% dalam kurun waktu tiga bulan, yaitu dari 6 pelanggaran pada Maret menjadi 2 pelanggaran pada April. Data ini perlu dibaca dengan hati-hati karena pencatatan pelanggaran bergantung pada intensitas pengawasan, tidak tersedia kelompok pembanding, dan perubahan tersebut terjadi bersamaan dengan proses adaptasi siswa terhadap kehidupan asrama.

DISCUSSION

Pembahasan ini memisahkan temuan empiris, yaitu apa yang dikatakan informan dan apa yang teramati, dari penjelasan teoretis yang mungkin menerangkan temuan tersebut. Penjelasan teoretis diperlakukan sebagai tafsiran yang masih perlu diuji, bukan sebagai kesimpulan dari data.

Bentuk permasalahan bina diri. Secara empiris, permasalahan bina diri siswa terkelompok dalam tiga ranah, yaitu pengelolaan barang dan ruang pribadi, kebersihan dan perawatan diri, serta pengelolaan waktu, dengan bentuk dan intensitas yang berbeda antarsiswa. Ranah-ranah ini sama dengan cakupan bina diri dalam penelitian terdahulu, yaitu merawat diri, menjaga kebersihan, dan mengelola kebutuhan pribadi (Widya et al., 2024; Natalia et al., 2025; Rizkina, 2024). Namun, terdapat perbedaan penting. Penelitian-penelitian tersebut dilakukan pada anak tunagrahita di sekolah luar biasa, sehingga bina diri diajarkan sebagai keterampilan dasar yang belum dikuasai, misalnya memakai baju. Dalam penelitian ini, siswa umumnya tidak menggambarkan ketidakmampuan melakukan tugas, melainkan ketidakkonsistenan, seperti "lupa", "kadang terlambat", dan "bingung membagi waktu". Secara teoretis, pola ini dapat ditafsirkan sebagai persoalan kebiasaan dan pengelolaan diri, bukan kekurangan keterampilan, sehingga program bina diri dari konteks pendidikan khusus tidak dapat diterapkan begitu saja. Tafsiran ini juga sejalan dengan pandangan bahwa kemandirian merupakan tugas perkembangan yang sedang dibangun pada masa remaja awal (Hendi et al., 2023). Artinya, sebagian kesulitan yang ditemukan mungkin merupakan bagian wajar dari masa transisi.

Faktor yang dipersepsikan berkontribusi. Secara empiris, informan dari berbagai kelompok sama-sama menyebut pengalaman di rumah, tetapi dengan penekanan yang berbeda. Orang tua menggambarkan praktik, guru BK memberikan atribusi berupa "dimanja", sebagian siswa mengaitkannya dengan kebiasaan, dan pengurus asrama lebih menekankan kesadaran. Atribusi guru BK sejalan dengan teori pola asuh Baumrind dalam Hendi et al. (2023), yang menyatakan bahwa pola asuh permisif dapat menghambat perkembangan kemandirian. Namun, bukti dari penelitian lain tidak sepenuhnya searah. Aqil dan Fakhrurrozi (2025), dalam survei terhadap 231 santri berusia 11–16 tahun, menemukan bahwa pola asuh bukan prediktor signifikan bagi *homesickness*, sedangkan *sense of belonging* merupakan prediktor yang kuat. Mereka juga mencatat bahwa temuan sebelumnya, misalnya Nijhof dan Engels (2007, dalam Aqil & Fakhrurrozi, 2025), justru menunjukkan keterkaitan antara pola asuh tertentu dan *homesickness*. Meskipun variabel yang diteliti berbeda dengan bina diri, temuan yang beragam ini menunjukkan bahwa pola pengasuhan sebaiknya diperlakukan sebagai salah satu faktor yang mungkin berperan, bukan penyebab utama.

Beberapa penjelasan alternatif juga perlu dipertimbangkan. Pertama, tuntutan struktural kehidupan asrama, seperti jadwal yang padat dan fasilitas yang digunakan bersama, dapat menyulitkan siswa mengatur waktu, sebagaimana tersirat dalam penjelasan Siswa B. Kedua, kesulitan tersebut dapat bersifat sementara dan berkurang seiring proses adaptasi, sebagaimana tersirat dalam kata "awalnya" yang digunakan Siswa D. Ketiga, faktor sosial di asrama, seperti rasa diterima oleh teman dan pengurus, mungkin ikut berperan sebagaimana ditunjukkan dalam penelitian tentang *sense of belonging* (Aqil & Fakhrurrozi, 2025), meskipun aspek ini tidak digali secara langsung dalam penelitian ini. Keempat, atribusi informan dapat dipengaruhi oleh posisi masing-masing. Guru BK dan pengurus asrama cenderung menjelaskan perilaku melalui latar keluarga atau sikap siswa, sementara keterangan orang tua bersifat laporan diri. Kasus yang tidak sesuai dengan pola dominan, yaitu Siswa B yang tidak menyinggung kebiasaan di rumah serta siswa yang bersikap acuh dan bukan malu ketika ditegur, menunjukkan bahwa jalur menuju permasalahan bina diri tidak seragam. Karena seluruh siswa informan berasal dari kelompok yang teridentifikasi bermasalah, penelitian ini tidak dapat menentukan apakah pengalaman di rumah membedakan siswa yang mengalami masalah dari yang tidak. Temuan ini sejalan dengan pandangan Purnomo et al. (2025) tentang pentingnya mengidentifikasi kebutuhan dan tantangan setiap peserta didik sebagai dasar layanan BK.

Upaya penanganan yang teridentifikasi. Secara empiris, penelitian ini mengidentifikasi kombinasi konseling individu dan kelompok dengan teknik CBT, pembiasaan dan penguatan perilaku di asrama,

serta integrasi nilai-nilai Islam. Informan melaporkan perubahan bertahap, dan rekap pelanggaran menunjukkan penurunan sekitar 20% dalam tiga bulan. Secara teoretis, CBT bertumpu pada asumsi bahwa perubahan pola pikir dapat mendorong perubahan perilaku, sedangkan pendekatan behavioral menekankan pembentukan kebiasaan melalui latihan berulang dan penguatan. Penggunaan pembiasaan dan penguatan ini serupa dengan pendekatan behavioral dalam penelitian bina diri sebelumnya (Rizkina, 2024), meskipun populasinya berbeda. Namun, data penelitian ini tidak memungkinkan kesimpulan tentang efektivitas. Seluruh komponen dilaksanakan secara bersamaan, tidak ada kelompok pembanding atau pengukuran awal yang baku, data perubahan sebagian besar berupa laporan informan, dan perubahan dapat pula terjadi karena adaptasi alami atau perubahan intensitas pengawasan. Oleh karena itu, penelitian ini tidak menyimpulkan bahwa kombinasi pendekatan lebih efektif daripada satu metode saja. Demikian pula, penilaian bahwa pendekatan bernuansa Islam membuat siswa lebih mudah menerima arahan masih merupakan persepsi guru BK yang perlu dikonfirmasi dari perspektif siswa.

Keterbatasan penelitian. Penelitian ini dilakukan di satu sekolah dengan jumlah informan yang terbatas, terutama dari kelompok orang tua. Penelitian ini juga tidak melibatkan siswa pembanding yang tidak mengalami masalah. Angka 30% merupakan estimasi awal tanpa instrumen terstandar, dan data perubahan berasal dari laporan informan serta rekap pelanggaran tanpa kelompok kontrol. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan indikator bina diri yang dioperasionalkan secara jelas, instrumen dengan reliabilitas yang teruji, kelompok pembanding, serta pengukuran sebelum dan sesudah intervensi untuk menilai perubahan secara lebih sahih.

Implikasi praktis. Dengan memperhatikan keterbatasan tersebut, sekolah dapat mempertimbangkan asesmen bina diri yang dilakukan secara individual pada awal masuk asrama, program orientasi kemandirian bagi siswa baru, pencatatan perilaku yang konsisten agar perubahan dapat dipantau, serta komunikasi dengan orang tua tentang pembiasaan kemandirian di rumah.

KESIMPULAN/CONCLUSION

Pertama, permasalahan bina diri siswa kelas VII di SMPIQu Al-Bahjah terkelompok dalam tiga kategori, yaitu pengelolaan barang dan ruang pribadi, kebersihan dan perawatan diri, serta pengelolaan waktu dan rutinitas, dengan variasi bentuk dan intensitas antarsiswa. Siswa umumnya menggambarkan masalahnya sebagai ketidakkonsistenan, bukan ketidakmampuan. Pemetaan awal memperkirakan sekitar 30% siswa kelas VII mengalami permasalahan yang cukup serius, tetapi angka ini merupakan estimasi awal dan bukan prevalensi yang terukur secara baku.

Kedua, informan mempersepsikan beberapa faktor yang berkontribusi, yaitu minimnya latihan kemandirian di rumah dan pola pengasuhan yang cenderung serba membantu, kesulitan beradaptasi dengan kehidupan asrama, serta pengelolaan waktu dan kesadaran pribadi. Penekanan faktor berbeda antarkelompok informan: guru BK menekankan pola asuh, orang tua menggambarkan praktik di rumah, pengurus asrama menekankan kesadaran, dan siswa memberikan penjelasan yang beragam. Faktor-faktor ini merupakan persepsi informan, bukan hubungan sebab-akibat yang telah diuji, dan penjelasan alternatif seperti tuntutan struktural asrama serta fase adaptasi sementara belum dapat dikesampingkan.

Ketiga, upaya penanganan yang teridentifikasi meliputi konseling individu dan kelompok dengan teknik CBT, pembiasaan dan penguatan perilaku di asrama, serta integrasi nilai-nilai Islam dalam layanan BK. Informan melaporkan perubahan perilaku secara bertahap, dan rekap pelanggaran menunjukkan penurunan sekitar 20% dalam tiga bulan. Namun, karena tidak ada kelompok pembanding dan pengukuran baku, perubahan tersebut tidak dapat diatribusikan pada intervensi tertentu. Kendala yang dilaporkan meliputi keterbatasan waktu konseling dan resistensi sebagian siswa. Penelitian lanjutan dengan indikator terukur dan desain pembanding diperlukan untuk menilai efektivitas program pembinaan bina diri.

REFERENCES

Aqil, R. S., & Fakhrurrozi, M. (2025). Homesickness pada santri pesantren: Peran sense of belonging dan pola asuh. *Jurnal Intelektualita: Keislaman, Sosial, dan Sains, 14*(1). https://doi.org/10.19109/intelektualita.v14i1.27458

Hendi, H., Ikhram, D., Suryana, E., & Abdurrahmansyah, A. (2023). Menavigasi perkembangan masa remaja awal: Perkembangan, tantangan, dan kesempatan. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, 6*(10), 7629–7639. https://doi.org/10.54371/jiip.v6i10.2991

Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.

Natalia, Eka Nugraha, A., & Susilawati, I. (2025). Meningkatkan kemandirian melalui pembelajaran bina diri pada siswa tunagrahita sedang dalam memakai baju di kelas I SLB Negeri Nanga Pinoh. *Bestari: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan, 6*(2), 224–238. https://doi.org/10.46368/bjpd.v6i2.4674

Purnomo, A., Huda, M. A., Agnesti, S. A. D., & Fathoni, T. (2025). Mengidentifikasi kebutuhan dan tantangan peserta didik sebagai solusi bimbingan konseling di sekolah. *AL-MIKRAJ: Jurnal Studi Islam dan Humaniora, 5*(2), 140–148. https://doi.org/10.37680/almikraj.v5i2.6288

Rizkina, R. (2024). *Pendekatan behavioral untuk meningkatkan kemandirian pada anak tunagrahita melalui bina diri* . Repository UIN Raden Intan Lampung.

Widya, R., Rozana, S., Harahap, M. Y., & Panggabean, N. (2024). Pelaksanaan program bina diri dalam meningkatkan kemandirian pada anak tunagrahita di SLB C Muzdalifah. *Journal of Human and Education (JAHE), 4*(6), 317–322. https://doi.org/10.31004/jh.v4i6.1822