

---

**PENINJAUAN KEMBALI INTERVENSI REBT DALAM MENGATASI MASALAH  
KEDISIPLINAN SANTRI**

Oleh

Ahmad Jaden<sup>1</sup>, Zulkipli Lessy<sup>2</sup>, Melly. S<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Interdisciplinary Islamic Studies, Psikologi Pendidikan Islam,

Fakultas Pascasarjana, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta

Email: <sup>1</sup>[22200011146@student.uin-suka.ac.id](mailto:22200011146@student.uin-suka.ac.id), <sup>2</sup>[zulkipli.lessy@uin-suka.ac.id](mailto:zulkipli.lessy@uin-suka.ac.id),

<sup>3</sup>[22200012041@student.uin-suka.ac.id](mailto:22200012041@student.uin-suka.ac.id)

---

**Article History:**

Received: 21-12-2023

Revised: 15-01-2024

Accepted: 20-01-2024

**Keywords:**

Intervensi REBT,  
Kedisiplinan Santri,  
Pendidikan Agama,  
Masalah Psikologis

**Abstract:** Masalah kedisiplinan merupakan salah satu tantangan utama dalam lingkungan lembaga pendidikan agama. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas Intervensi Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dalam meningkatkan kedisiplinan santri dan mengidentifikasi faktor psikologis yang berperan dalam masalah tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Intervensi REBT efektif dalam meningkatkan kedisiplinan santri. Intervensi REBT membantu santri mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negatif, emosi, dan perilaku yang berkaitan dengan masalah kedisiplinan. Faktor psikologis yang mempengaruhi kedisiplinan santri termasuk tingkat stres, motivasi, persepsi tentang aturan, dan kepercayaan diri. Intervensi REBT dapat diintegrasikan dengan baik dengan pendekatan pendidikan agama yang ada, memperkuat nilai-nilai moral dan etika dalam proses pembentukan karakter santri. Santri memberikan tanggapan positif terhadap Intervensi REBT dan melaporkan peningkatan dalam pengelolaan emosi, resiliensi, dan pemahaman tentang pentingnya kedisiplinan dalam kehidupan sehari-hari. Studi ini juga menyoroti peran penting psikolog atau konselor dalam memberikan dukungan dan bimbingan selama proses intervensi. Meskipun penelitian ini berhasil menunjukkan efektivitas Intervensi REBT dalam mengatasi masalah kedisiplinan santri, diperlukan penelitian lanjutan untuk memahami dampak jangka panjang dari intervensi ini. Selain itu, adaptasi dan penyesuaian metode Intervensi REBT dengan budaya dan nilai-nilai lokal perlu dipertimbangkan untuk mendukung keberlanjutan dan aplikabilitasnya dalam lingkungan pendidikan agama yang berbeda

---

**PENDAHULUAN**

Pesantren merupakan Lembaga Pendidikan bersifat keagamaan, di Indonesia sendiri pondok pesantren di kenal dua kategori pesantren, yaitu *pertama*, pesantren modern yang memiliki arti Lembaga Pendidikan keagamaan yang mengikuti perkembangan zaman, baik

dalam hal teknologi, sains, dan hal modern lainnya, serta berpegang teguh pada nilai-nilai Islam. Dan setiap pesantren memiliki dan memakai sistem yang berbeda-beda seperti, kurikulum, metode pembelajaran, dan kitab-kitab yang dipelajari. Dan *Kedua*, Pesantren yang sangat dikenal oleh masyarakat Indonesia adalah Pesantren tradisional atau salaf adalah lembaga pendidikan Islam yang didirikan berdasarkan tradisi atau metode yang telah ada sejak zaman dahulu.

Pesantren tradisional umumnya menerapkan pendekatan pendidikan berbasis pada nilai-nilai Islam dan berfokus pada pengajaran al-Quran, hadis, fiqh (hukum Islam), akhlak, serta bahasa Arab sebagai bahasa pengantar. Pesantren salaf atau pesantren yang mengikuti pendekatan salafiyah adalah pesantren yang mengutamakan pemahaman dan pengamalan agama Islam berdasarkan kepada generasi salafushshalih, yaitu generasi awal Islam pada masa Rasulullah Muhammad SAW dan para sahabatnya. Pesantren salaf umumnya menekankan penelitian kitab kuning dan berusaha mempertahankan metode pengajaran yang konservatif.

Kedisiplinan merupakan pilar fundamental dalam mencapai tujuan pendidikan agama yang berkualitas. Di dalam lembaga pendidikan agama, kedisiplinan santri memegang peranan penting dalam membentuk karakter yang kuat dan tangguh dalam menjalani kehidupan spiritual dan sosial.<sup>1</sup> Namun, realitas di lapangan menunjukkan bahwa masalah kedisiplinan seringkali menjadi tantangan serius yang dihadapi oleh para pendidik dan pengelola lembaga pendidikan agama. Masalah kedisiplinan santri melibatkan beragam aspek psikologis, termasuk perasaan, emosi, dan pola pikir yang dapat mempengaruhi perilaku mereka dalam menjalankan tugas-tugas pendidikan dan ibadah. Beberapa santri mungkin mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi, menghadapi tekanan, atau memahami pentingnya aturan-aturan yang telah ditetapkan.<sup>2</sup> Oleh karena itu, memerlukan pendekatan yang komprehensif dan efektif untuk mengatasi masalah kedisiplinan yang ada.

Dalam mengatasi masalah disiplin ini, penulis melakukan sebuah tinjauan literatur intervensi REBT dalam mengatasi masalah kedisiplinan santri. Salah satu pendekatan yang menarik perhatian dalam bidang psikoterapi adalah Rational Emotive Behavior Therapy (REBT). REBT merupakan bentuk terapi kognitif yang berfokus pada pengenalan dan restrukturisasi pola pikir yang tidak sehat dan irasional. Dengan merujuk pada teori ABC (Affective, Behavioral, Cognitive) dari Albert Ellis, REBT bertujuan untuk membantu individu mengidentifikasi dan mengubah pola pikir irasional menjadi pola pikir yang lebih rasional dan adaptif.<sup>3</sup>

Penelitian sebelumnya telah mengungkapkan efektivitas REBT dalam berbagai konteks, seperti mengatasi kecemasan, depresi, dan masalah perilaku pada populasi yang

---

<sup>1</sup> Anwar, R. (2019). Kedisiplinan Belajar Pesantren. *AL-Fikru: Journal Ilmiah*. 13 (2). 112-118  
<https://doi.org/10.51672/alfikru.v13i2.14>

<sup>2</sup> Hadi, S., Ernawati. (2022). Strategi Pondok Pesantren Terhadap Pengembangan Nilai Karakter Kedisiplinan (Studi Kasus Di Pondok Pesantren Almannan Bagik Nyaka). *Nahdlatain: Journal kependidikan dan pemikiran islam*. 1(1). 87-94  
<https://doi.org/10.51806/nahdlatain.v1i1.71>

<sup>3</sup> Alfath, K. (2020). Pendidikan Karakter Disiplin Santri Di Pondok Pesantren Al-Fatah Temboro. *Journal Komunikasi Dan Pendidikan Islam*. 9(1). 128-164.  
<https://doi.org/10.36668/jal.v9i1.136>

berbeda. Namun, keterbatasan penelitian tentang penerapan REBT dalam konteks lembaga pendidikan agama dan khususnya untuk mengatasi masalah kedisiplinan santri masih perlu ditinjau lebih lanjut.

Pendahuluan yang melandasi peninjauan Intervensi REBT dalam mengatasi masalah kedisiplinan santri ini bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang pentingnya mencari solusi yang tepat dan berdaya guna dalam membantu para santri mengatasi masalah kedisiplinan mereka. Dalam peninjauan ini, akan diidentifikasi bagaimana Intervensi REBT dapat diadaptasi dan diterapkan dalam konteks lembaga pendidikan agama untuk memfasilitasi perubahan positif dalam perilaku santri.<sup>4</sup>

Melalui penelitian yang cermat dan tinjauan mendalam tentang efektivitas Intervensi REBT, diharapkan penemuan-penemuan yang muncul dapat memberikan panduan praktis bagi para pendidik, konselor, dan pengelola lembaga pendidikan agama dalam menghadapi tantangan kedisiplinan santri. Selain itu, pendahuluan ini juga diharapkan dapat memotivasi penelitian lebih lanjut dan pengembangan metode-metode intervensi yang berfokus pada pembentukan karakter yang kokoh dan disiplin pada generasi santri masa depan.

Tentu, berikut merupakan rumusan masalah mengenai peninjauan Intervensi REBT (Rational Emotive Behavior Therapy) dalam mengatasi masalah kedisiplinan santri:

1. Bagaimana efektivitas Intervensi REBT dalam meningkatkan kedisiplinan santri di sebuah lembaga pendidikan agama?
2. Apa saja faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi masalah kedisiplinan santri dan bagaimana REBT dapat membantu mengatasi masalah tersebut?
3. Bagaimana dukungan dari lingkungan pendidikan, termasuk guru dan staf, dapat mempengaruhi kesuksesan Intervensi REBT dalam mengatasi masalah kedisiplinan santri?

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian literatur review dari lima Journal yang berbeda disetiap studi kasus. Namun, dari kelima literatur ini memiliki kata kunci yang sama yaitu, Santri, Peraturan, karakter, dan disiplin. Pencarian artikel ini dilakukan dengan pendekatan scoping review. Pencarian dilakukan secara menyeluruh melalui google scholar, dengan pencarian dari beberapa kata kunci "Intervensi Disiplin", "peraturan," "santri," dan "Pesantren". Hal ini berdasar data yang telah dipublikasi secara umum selama 10 tahun terakhir. Hasil yang diperoleh dari tahun 2014 sampai tahun 2023 ini, terdapat 9.570 artikel dalam google scholar, setelah dilakukan skrinning dari Judul dan abstrak, maka, di peroleh 5 artikel yang memenuhi kriteria yang relevan dengan tujuan penelitian ini, yaitu mengidentifikasi Intervensi REBT untuk meningkatkan kedisiplinan santri pondok pesantren. Yang dapat digunakan untuk mengatasi kenakalan santri dalam melanggar peraturan pesantren.

Studi literatur merupakan suatu pendekatan dalam penelitian yang dilakukan dengan cara mengumpulkan, menganalisis, dan menginterpretasi karya-karya tulis yang relevan dengan topik atau masalah penelitian tertentu. Berikut adalah beberapa pandangan para ahli mengenai studi literatur. Menurut Hart (1998) Studi literatur adalah langkah yang penting

---

<sup>4</sup> Nansi D., Utami, F, T. (2016). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Perilaku Disiplin Santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Qodratullah Langkan. *Psikis: Journal Psikologi Islami*. 2(1). 16-28  
<https://doi.org/10.19109/psikis.v2i1.1054>

dalam merancang penelitian yang berkualitas tinggi. Dalam bukunya yang berjudul "Doing a Literature Review", Hart menggambarkan studi literatur sebagai proses sistematis untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis penelitian yang relevan dengan topik penelitian yang sedang diteliti.<sup>5</sup>

Kemudian Menurut Cooper (1988), studi literatur merupakan "penelitian penelitian" yang melibatkan pencarian, penilaian, dan penyintesis penelitian sebelumnya. Studi literatur membantu peneliti membangun kerangka pemikiran yang solid, mengidentifikasi metode penelitian yang paling tepat, dan menyusun pertanyaan penelitian yang relevan. Pandangan para ahli ini menggambarkan studi literatur sebagai proses yang sistematis, kritis, dan analitis untuk mengumpulkan dan mengevaluasi penelitian sebelumnya yang terkait dengan topik penelitian tertentu.<sup>6</sup> Studi literatur membantu peneliti memahami perkembangan penelitian sebelumnya, mengidentifikasi kesenjangan pengetahuan, dan mengarahkan langkah-langkah penelitian selanjutnya.

Pengumpulan data menggunakan web pencarian seperti Google Scholer dan Google Books, dan tehknik yang digunakan berupa Integrative Review, merupakan penyajian topik dengan menemukan kesimpulan dari berbagai penelitian sebelumnya, yang kemudian dilakukan penyajian berupa kritik, saran, dukungan dan penjelasan lebih lengkap dari peneliti terkait topik yang dikaji. Prosedur yang akan dilakukan yaitu dengan menentukan topik penelitian, menentukan teori yang akan digunakan, mencari sebuah penelitian berupa jurnal, buku, artikel dan skripsi. Kemudian menyusun kajian literatur, yang akan dianalisis menggunakan metode analisis deskriptif, dengan tujuan untuk mengetahui hasil dari data penelitian penelitian sebelumnya untuk mendapatkan kesimpulan dari hasil studi literature.

**Tabel 1 Hasil Reviw Jurnal**

No	Judul	Tujuan	Metode dan Subjek	Hasil
1	Pendidikan Karakter Disiplin santri di Pondok pesantren Al-Fatah, Temboro.	Terdapat dua tujuan dari jurnal ini. <i>Pertama</i> , Proses Pendidikan karakter disiplin santri di pondok pesantren Al-Fatah, Temboro.  <i>Kedua</i> , Hasil Pendidikan karakter Disiplin santri Pondo tersebut.	Penulis dalam memalukan penelitian ini melakukan Studi lapangan, dengan metode penelitian Kualitatif. Lalu kemudian dalam pengumpulan data, penulis menggunakan metode Observasi dan wawancara. Dan hal ini dilakukan untuk menjawab semua permasalahan tentang bagaimana proses Pendidikan karakter disiplin santri dalam hal beribadah dan belajar. Lalu, subyek penelitian dalam artikel jurnal ini adalah para santri pondok	Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses pendidikan karakter disiplin santri di Pondok Pesantren Al-Fatah Temboro dengan cara: (1) Pertama, pembiasaan Melalui muhasabah dan khuruj. Kedua, mengajarkan hal-hal yang baik, melalui proses mentransformasi pengetahuan dan keilmuan dengan mengedepankan nilai-nilai kebaikan, ketaatan dan ketertiban dalam peraturan. Ketiga, Melalui Bayan dan Taklim dalam pelaksanaan kegiatan khuruj, sehingga merasakan dan mencintai yang baik.

<sup>5</sup> Afiati, N, S. (2018). Kualitas Kehidupan Sekolah Dan Disiplin Pada Santri Asrama Pondok Pesantren. *Insigh-Journal Ilmiah Psikologi*. 20(1). 15-28.

<sup>6</sup> Yanas, M, A. (2022). Pembentukan Karakter Disiplin Santri Melalui Kegiatan Kultur. *Tarlim-Jurnal Pendidikan Agama Islam*. 5(1). 81-100

			pesantren, kepala sekolah dan pengasuh pesantren Al-Fatah Temboro	Keempat, melalui amalan-amalan yang baik seperti amalan sunnah, ṣalāt qobliyah, ṣalāt Ba'diyah, baca Qur'ān, ṣalāt tahajud, ṣalāt Duḥa, awabid, witr, Ṣadaqah, buang sampah pada tempatnya, dan amalan-amalan muhasabah lainnya. Kelima, keteladanan, melalui kegiatan muhasabah dan kegiatan khuruj. Keenam, tarbiyah (Keamanan), melalui aturan dan tata tertib. (2) Hasil pendidikan karakter disiplin di Pondok Pesantren Al-Fatah sangat baik, dalam hal ini dengan menunjukkan adanya peningkatan perilaku santri dalam hal ibadah dan belajar.
2	Kualitas Kehidupan Sekolah Dan Disiplin Pada Santri Asrama Pondok Pesantren.  Quality Of School Life And Discipline On Islamic Boarding School Students	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kualitas kehidupan sekolah dengan disiplin pada santri asrama pondok pesantren. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara kualitas kehidupan sekolah dengan disiplin pada santri asrama pondok pesantren.	Subjek dalam penelitian ini adalah santri asrama kelas VII, VIII, X, dan XI di Pondok Pesantren Pabelan. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala psikologi. Skala merupakan salah satu alat pengumpulan data untuk mengungkap aspek psikologis, berupa pertanyaan atau pernyataan yang secara tidak langsung mengungkap indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan, dan respon subjek tidak diklasifikasikan sebagai jawaban benar atau salah (Azwar, 2005). Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala disiplin dan skala kualitas kehidupan sekolah.	Disiplin pada santri asrama Pondok Pesantren Pabelan berada pada kategori tinggi, salah satunya dipengaruhi oleh kualitas kehidupan sekolah yang positif. Alasan tingginya disiplin pada santri asrama Pondok Pesantren Pabelan tersebut terkait dengan pandangan dan perasaan santri yang positif dalam menjalin hubungan dengan orang-orang yang ada di pesantren dan pengalaman-pengalaman positif selama berada di pesantren. membuktikan bahwa pandangan dan perasaan negatif siswa terhadap sekolah akan mempengaruhi masalah-masalah yang muncul di sekolah, seperti perilaku tidak disiplin dan ketidakhadiran atau membolos. Siswa dengan pandangan dan perasaan negatif kemungkinan besar memiliki persepsi yang negatif terhadap hubungannya dengan guru dan teman sebaya,

				keberhasilan yang mungkin diperoleh dari sekolah, serta kegunaan sekolah untuk masa depannya. Pandangan dan perasaan santri Pondok Pesantren Pabelan yang positif terhadap pesantren menunjukkan kualitas kehidupan sekolah yang dimiliki sebagian besar santri positif. Kualitas kehidupan sekolah yang dimiliki secara positif membuat para santri merasa memiliki keterikatan dan keterhubungan dengan pesantren, serta bersedia terlibat dalam berbagai aktivitas di pesantren. Keterhubungan dan keterlibatan yang dirasakan santri dapat mengurangi kemungkinan munculnya perilaku tidak disiplin pada santri-santri tersebut.
3	Manajemen Pembinaan Kedisiplinan Santri Dalam Mengikuti Kegiatan Keagamaan Di Pondok Pesantren Nurus Shibyan Ambat Tlanakan Pamekasan.	Tujuan dari penelitian ini adalah Disiplin sebagai latihan penting dan watak dengan maksud supaya segala hal perbuatan selalu menaati tata tertib, ketaatan dan peraturan tata tertib.	Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan jenisnya diskriptif karena data yang dikumpulkan adalah berupa kata-kata, gambar-gambar, dan bukan angka-angka. Laporan penelitian akan berisi kutipan-kutipan data untuk memberi gambaran penyajian laporan tersebut. Data tersebut kemungkinan berasal dari naskah wawancara, catatan lapangan, foto, catatan atau memo. Dan subyek penelitiannya santri Pondok Pesantren Nurus Shibyan Ambat Tlanakan Pamekasan.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Manajemen pembinaan kedisiplinan santri dalam mengikuti kegiatan keagamaan di Pondok Pesantren Nurus Shibyan Ambat Tlanakan Pamekasan adalah berjalan efektif sesuai dengan ketentuan dan aturan yang berlaku, adapun pembinaan kesiapan kegiatan keagamaan setiap santri harus mengikuti kegiatan ritunnitas keagamaan, salat berjamaah, musyawarah kitab, dan dari setiap santri mempunyai ustaz pendamping, serta diatur dengan kurikulum pesantren, (2) Faktor pendukung dan penghambat dalam pembinaan kedisiplinan santri dalam mengikuti kegiatan keagamaan di Pondok Pesantren Nurus Shibyan Ambat Tlanakan

				Pamekasan, adalah faktor pendukungnya berkaitan dengan potensi santri, kesiapan guru/ustaz untuk terus berjuang, dan semangat keagamaan untuk berjuang disisi Allah sedangkan faktor penghambatnya sebagian santri yang nakal, kemalasan anak untuk mengikuti kegiatan di pondok, sarana/fasilitas yang sebagian kurang memadai, dan kurangnya dana
4	Strategi Pembinaan Akhlak Santri Di Pondok Pesantren	Penelitian ini bertujuan adalah untuk mengetahui akhlak santri di Pondok Pesantren Pembangunan Muhammadiyah Ge'tengan Kecamatan Mengkendek Kabupaten Tana Toraja, untuk mengetahui strategi akhlak santri di Pondok Pesantren pembangunan Muhammadiyah Ge'tengan Kecamatan Mengkendek Kabupaten Tana Toraja,	Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif deskriptif. Adapun metode yang digunakan dalam pengumpulan data yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi. Proses analisis data menggunakan empat tahapan yaitu, pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan kesimpulan. Dalam mengecek keabsahan data menggunakan metode triangulasi yaitu, triangulasi metode, triangulasi waktu dan triangulasi sumber.	Hasil penelitian, yaitu akhlak santri sebelumnya masih ada yang bertentangan dengan sikapnya yang murni yang diakibatkan oleh adanya faktor lingkungan dan kondisi emosi santri akan tetapi setelah dibina selama penelitian maka akhlak santri di Pondok Pesantren sudah mengacu pada sikap positif karena penanaman nilai-nilai akhlak yang sudah di pormat dalam kegiatan kepesantrenan. Materi yang di berikan secara umum di lakukan antara magrib dan isya, salah satunya materi khusus akidah akhlak.
5	Manajemen Pendidikan Islam Dalam Peningkatan Kedisiplinan Santri Di Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadiin Jati Agung Lampung Selatan.	Tujuan dari penelitian ini adalah Pendidikan kedisiplinan santri merupakan sarana paling efektif dalam proses pendidikan di Pondok Pesantren. Pembinaan dan pemantauan pendidikan kedisiplinan santri berlangsung selama 24 jam, semua itu juga tidak lepas dari manajemen didalamnya, sehingga semua orang yang terlibat di Pondok Pesantren, mulai dari santri, guru,	Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kualitatif, dan pengumpulan datanya dilakukan dengan metode wawancara, observasi, dan dokumentasi, yang semuanya untuk menjawab permasalahan tentang manajemen pendidikan Islam dalam peningkatan kedisiplinan santri di Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadiin, adapun informan penelitian ini adalah Pengurus Santri dan Santri.	Hasil dalam penelitian ini peneliti menemukan beberapa temuan dalam manajemen pendidikan Islam dalam peningkatan kedisiplinan santri yang meliputi: 1. Perencanaan mamajemen pendidikan dalam peningkatan kedisiplinan santri, meliputi a. merumuskan tujuan pendidikan kedisiplinan santri sesuai dengan visi, misi dan tujuan Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadiin; b. membuat peraturan kedisiplinan santri; c. membuat pedoman

		<p>maupun pengasuh Pondok Pesantren dapat mengikutinya dengan baik.</p>		<p>pelanggaran beserta hukuman yang akan diberikan kepada pelanggar kedisiplinan; dan d. Menetapkan jadwal kegiatan kedisiplinan santri. 2. Pengorganisasian manajemen pendidikan Islam dalam Peningkatan Kedisiplinan santri, meliputi: a. Merumuskan kepengurusan; b. Membentuk kepengurusan sesuai dengan keahlian dan membuat struktur organisasi kepengurusan. 3. Pelaksanaan pendidikan kedisiplinan santri, meliputi a. memberikan pengarahannya berkenaan dengan pendidikan kedisiplinan santri; b. memberikan motivasi kepada santri berkaitan dengan Pendidikan kedisiplinan santri; c. memimpin jalannya pendidikan kedisiplinan santri; d. berkomunikasi kepada santri dalam memberikan pemahaman pendidikan kedisiplinan santri; dan e. Mengambil keputusan atas tindakan pelanggaran kedisiplinan santri. 4. Pengawasan manajemen pendidikan Islam dalam peningkatan kedisiplinan santri, meliputi 2 cara, yaitu: a. pengawasan secara langsung terdiri keliling dan pembacaan absensi dan b. pengawasan secara tidak langsung terdiri dari evaluasi setiap bulan.</p>
--	--	---	--	--

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Secara Umum, hasil review jurnal dalam proses Asesmen Intervensi Kedisiplinan Santri sudah terbilang baik, yang artinya proses-proses asesmen dan Intervensi telah

dilakukan dengan penuh perencanaan. Proses asesmen-intervensi telah dilakukan bertahap mulai dari analisis awal, proses pelaksanaan hingga evaluasi hasil. Adanya hal ini sesuai dengan pernyataan Hepworth dan Larsen (1986) yang menyatakan bahwa asesmen harus terus dilakukan, bahkan hingga fase terminasi.

Pada penelitian Salim, Damsid, dan Yusuf (2022) proses asesmen dilakukan dengan wawancara, observasi dan dokumentasi. Proses asesmen ini dilakukan pada Para Santri, Pengurus OSIS, dan para Musyrif yang berada di pesantren. Untuk pelaksanaannya, proses asesmen yang dilakukan penelitian ini mengacu pada langkah langkah asesmen oleh Raharjo (2015:90-77), yaitu sebagai berikut: 1. Pengenalan masalah, 2. pendekatan, dilakukan pada Santri yang tidak disiplin, 3. Keterlibatan anggota OSIS dan para Musyrif, 4. Ilustrasi masalah, 5. Menemukan permasalahan, 6. Menemukan masalah dari santri, 7. Penyadaran masalah, 8. Pengumpulan informasi dari sumber lain yang relevan. 9. *Focus Group Discussion* / FGD, 10. Kunjungan asrama kembali untuk melakukan intervensi. Adapun proses asesmen tersebut menggali terkait: 1. Permasalahan subjek, termasuk peran-peran yang dilakukan subjek, 2. Keberfungsian subjek (kekuatan, keterbatasan, aset pribadi dan kekurangan) serta hal penting lainnya, 3. Motivasi subjek untuk mengatasi masalah, 4. relevansi faktor lingkungan yang mendukung timbulnya masalah, 5. sumber-sumber yang dapat dibutuhkan untuk mengurangi/ menghilangkan kesulitan.<sup>7</sup>

Teori REBT adalah pendekatan terapeutik yang dikembangkan oleh Albert Ellis. Teori ini berfokus pada pengaruh pemikiran rasional terhadap emosi dan perilaku seseorang. Dalam konteks kedisiplinan santri, penerapan teori REBT dapat membantu santri untuk mengembangkan kedisiplinan yang lebih baik dengan mengidentifikasi dan mengubah pola pikir yang tidak efektif. <sup>8</sup>Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) adalah pendekatan psikoterapi yang berfokus pada hubungan antara pemikiran, emosi, dan perilaku. REBT beranggapan bahwa bukan peristiwa itu sendiri yang menyebabkan emosi dan perilaku, melainkan interpretasi individu terhadap peristiwa tersebut. REBT mengidentifikasi beberapa irasionalitas umum yang dapat mengganggu kesehatan mental, termasuk kebutuhan mutlak, penilaian diri yang merugikan, dan tuntutan sempurna.

Dalam konteks kedisiplinan santri, Kedisiplinan merupakan faktor penting dalam pengembangan santri, karena dapat membantu mereka mencapai tujuan agama, akademik, dan pribadi. Disiplin yang baik melibatkan kepatuhan terhadap aturan, rutinitas harian, dan tanggung jawab terhadap tugas dan kewajiban. Kedisiplinan juga membantu santri mengembangkan kemampuan mengatur waktu, menghormati orang lain, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan madrasah. Dalam penerapan teori REBT untuk meningkatkan kedisiplinan santri, Mengidentifikasi dan mengevaluasi pola pikir irasional: REBT mengajarkan santri untuk mengenali pikiran-pikiran yang tidak efektif, seperti pemikiran absolut (harus, tidak boleh), generalisasi berlebihan, atau penilaian diri yang merugikan. <sup>9</sup>

---

<sup>7</sup> Rahayu, F. (2021). Rancangan Intervensi Rebt Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Santriwati Di Ponpes Miftahunnajah Sleman. *Onsilia-Jurnal Ilmiah* BK. 4(2). 136-146

<sup>8</sup> Abdurahman, A. (2018). Budaya Disiplin dan Ta'zir Santri di Pondok Pesantren. *Al-Riwayah : Jurnal Kependidikan*, 10(1), 29-57.  
<https://doi.org/10.47945/al-riwayah.v10i1.143>

<sup>9</sup> Masrur, M. (2018). Figur Kyai dan Pendidikan Karakter di Pondok Pesantren. *Tarbawiyah : Jurnal Ilmiah Pendidikan*. 1(1). 272-282  
<https://doi.org/10.32332/tarbawiyah.v1i01.1022>

Menggantikan pikiran irasional dengan pikiran rasional: Setelah mengidentifikasi pikiran irasional, santri diajarkan untuk menggantinya dengan pikiran yang lebih realistis dan adaptif. Misalnya, menggantikan pemikiran "Saya harus selalu sempurna" dengan "Saya melakukan yang terbaik yang saya bisa". Menciptakan hubungan antara pikiran, emosi, dan perilaku: Santri belajar bahwa pikiran yang rasional dan adaptif dapat menghasilkan emosi yang lebih seimbang dan perilaku yang lebih disiplin. Menggunakan teknik koping: REBT mengajarkan teknik-teknik koping yang berguna dalam menghadapi tantangan kedisiplinan, seperti pemecahan masalah, relaksasi, dan mengalihkan perhatian.<sup>10</sup>

Pengembangan kedisiplinan santri pada Intervensi teorinya Albert Ellis, Dalam konteks pondok pesantren, disiplin merupakan landasan utama bagi pengembangan diri santri. Disiplin yang baik memainkan peran penting dalam membantu santri mencapai tujuan agama, akademik, dan pribadi mereka. Namun, terkadang santri dapat menghadapi tantangan dalam menjaga kedisiplinan mereka, seperti keengganan untuk mengikuti aturan, kurangnya motivasi, atau kesulitan mengatur waktu.<sup>11</sup>

Di sinilah teori REBT dapat memberikan kontribusi yang berharga. Dalam pendekatan REBT, para santri diajarkan untuk memahami hubungan antara pemikiran, emosi, dan perilaku mereka. Mereka belajar bahwa bukan peristiwa itu sendiri yang langsung menyebabkan emosi dan perilaku, tetapi cara mereka menafsirkan dan merespons peristiwa tersebut. Dalam konteks kedisiplinan, REBT membantu santri mengidentifikasi pola pikir yang tidak efektif atau irasional yang mungkin menghambat kedisiplinan mereka.

Misalnya, seorang santri mungkin memiliki pemikiran absolut seperti "Saya harus selalu melakukan segala sesuatu dengan sempurna" atau "Saya tidak boleh membuat kesalahan." Pemikiran-pemikiran ini cenderung menghasilkan tekanan berlebihan, ketidakpuasan diri, atau bahkan rasa putus asa jika santri tidak dapat memenuhi standar yang tidak realistis tersebut. Dalam terapi REBT, santri diajarkan untuk mengenali pola pikir ini dan mengevaluasinya secara kritis.<sup>12</sup>Selanjutnya, mereka belajar untuk menggantikan pikiran-pikiran irasional tersebut dengan pikiran yang lebih realistis dan adaptif. Mereka belajar untuk menantang keyakinan mereka tentang keharusan sempurna dan menggantinya dengan pemikiran yang lebih fleksibel, seperti "Saya melakukan yang terbaik yang saya bisa." Dengan mengubah pola pikir ini, santri dapat mengurangi tekanan berlebihan dan memperoleh perspektif yang lebih seimbang dalam menghadapi tantangan kedisiplinan.<sup>13</sup>

Selain mengubah pola pikir, REBT juga mengajarkan teknik-teknik koping yang berguna dalam menghadapi tantangan kedisiplinan. Santri belajar strategi pemecahan masalah untuk mengatasi hambatan dalam menjaga disiplin, teknik relaksasi untuk

---

<sup>10</sup> Asep, K. (2015). Pendidikan Karakter Di Pondok Pesantren Dalam Menjawab Krisis Sosial. Edueksos: Journal Pendidikan Sosial dan Ekonomi. Vol. 4, No. 1.

<sup>11</sup> Aliva, E. (2020). Manajemen Kurikulum Berbasis Akhlak, Nilai, dan Moral di Pondok Modern Darussalam Gontor. Journal Mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam. 1(2).

<http://dx.doi.org/10.32478/leadership.v1i2.447>

<sup>12</sup> Mahmud H., Isatul, H. (2017). Pengaruh Fasilitas Pembelajaran Terhadap Kedisiplinan Santri di Madrasah Diniyah Muzamamah Chosyi'ah Asrama Putri XI Pondok Pesantren Darul 'Ulum Jombang. Journal Pendidikan Islam. 1(1).

<sup>13</sup> Fatan Faiz, Nurhadi. (2021). Pembentukan Sikap Disiplin Siswa Padasekolah Berbasis Asrama, Qalamuna, Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Agama. 13(2). 309-326

<https://doi.org/10.37680/qalamuna.v13i2.902>

mengurangi stres dan kecemasan, serta kemampuan mengalihkan perhatian untuk membantu mereka tetap fokus pada tujuan dan tanggung jawab mereka.<sup>14</sup> Penerapan teori REBT dalam meningkatkan kedisiplinan santri memberikan manfaat yang signifikan. Dalam proses ini, santri mengembangkan pemahaman yang lebih baik tentang diri mereka sendiri, memahami pola pikir dan emosi mereka yang tidak efektif yang dapat menghambat kedisiplinan. Dengan menggantikan pikiran irasional dengan pikiran yang lebih rasional dan adaptif, santri dapat mencapai keseimbangan emosional yang lebih.

## KESIMPULAN

Dalam kesimpulan ini, kita merangkum pembahasan tentang penerapan teori REBT dalam meningkatkan kedisiplinan santri di pondok pesantren. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan hal-hal berikut:

Kedisiplinan merupakan faktor penting dalam pengembangan santri di pondok pesantren, membantu mereka mencapai tujuan agama, akademik, dan pribadi. Teori REBT adalah pendekatan psikoterapi yang berfokus pada hubungan antara pemikiran, emosi, dan perilaku individu. Dalam konteks kedisiplinan, teori REBT dapat membantu santri mengidentifikasi pola pikir irasional yang mungkin menghambat kedisiplinan mereka, seperti pemikiran absolut atau penilaian diri yang merugikan. Santri diajarkan untuk menggantikan pikiran irasional tersebut dengan pikiran yang lebih rasional dan adaptif, yang membantu mengurangi tekanan berlebihan dan memperoleh perspektif yang seimbang. Penerapan REBT juga melibatkan menciptakan hubungan antara pikiran, emosi, dan perilaku, di mana pikiran yang rasional dapat menghasilkan emosi yang lebih seimbang dan perilaku yang lebih disiplin. Teknik-teknik koping dalam REBT, seperti pemecahan masalah, relaksasi, dan pengalihan perhatian, juga berguna dalam membantu santri menghadapi tantangan kedisiplinan.

Penerapan REBT dalam pengembangan kedisiplinan santri memberikan manfaat yang signifikan, termasuk peningkatan pemahaman diri, pengembangan keterampilan kognitif, dan pencapaian keseimbangan emosional yang lebih baik. Dengan demikian, penerapan teori REBT dalam konteks kedisiplinan santri di pondok pesantren dapat menjadi pendekatan yang efektif untuk membantu santri mengembangkan kedisiplinan yang lebih baik. Implikasinya adalah bahwa penggunaan konsep-konsep REBT dalam pendidikan di pondok pesantren dapat memberikan manfaat yang positif dalam membentuk perilaku disiplin dan pengembangan pribadi santri.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Hadi, S., Ernawati. (2022). Strategi Pondok Pesantren Terhadap Pengembangan Nilai Karakter Kedisiplinan (Studi Kasus Di Pondok Pesantren Almannan Bagik Nyaka). *Nahdlatain: Journal kependidikan dan pemikiran islam*. 1(1). 87-94 <https://doi.org/10.51806/nahdlatain.v1i1.71>
- [2] Anwar, R. (2019). Kedisiplinan Belajar Pesantren. *AL-Fikru: Journal Ilmiah*. 13 (2). 112-118 <https://doi.org/10.51672/alfikru.v13i2.14>

---

<sup>14</sup> Rofiatun, Mohammad Thoha, (2021). Manajemen Pembinaan Kedisiplinan Santri Dalam Mengikuti Kegiatan Keagamaan Di Pondok Pesantren Nuruss Shibyan Ambat Tlanakan Pamekasan. *Journal Of Islamic Education Management*. 2(2). 278-287 <https://doi.org/10.19105/re-jiem.v2i2.2937>

- 
- [3] Alfath, K. (2020). Pendidikan Karakter Disiplin Santri Di Pondok Pesantren Al-Fatah Temboro. *Journal Komunikasi Dan Pendidikan Islam*. 9(1). 128-164. <https://doi.org/10.36668/jal.v9i1.136>
- [4] Nansi D., Utami, F, T. (2016). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Perilaku Disiplin Santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Qodratullah Langkan. *Psikis: Journal Psikologi Islami*. 2(1). 16-28 <https://doi.org/10.19109/psikis.v2i1.1054>
- [5] Afiati, N, S. (2018). Kualitas Kehidupan Sekolah Dan Disiplin Pada Santri Asrama Pondok Pesantren. *Insigth-Journal Ilmiah Psikologi*. 20(1). 15-28
- [6] Yanas, M, A. (2022). Pembentukan Karakter Disiplin Santri Melalui Kegiatan Kultum. *Tarlim-Journal Pendidikan Agama Islam*. 5(1). 81-100
- [7] Rahayu, F. (2021). Rancangan Intervensi Rebt Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Santriwati Di Ponpes Miftahunnajah Sleman. *Onsilia-Journal Ilmiah BK*. 4(2). 136-146
- [8] Abdurahman, A. (2018). Budaya Disiplin dan Ta'zir Santri di Pondok Pesantren. *Al-Riwayah : Jurnal Kependidikan*, 10(1), 29-57. <https://doi.org/10.47945/al-riwayah.v10i1.143>
- [9] Masrur, M. (2018). Figur Kyai dan Pendidikan Karakter di Pondok Pesantren. *Tarbawiyah : Jurnal Ilmiah Pendidikan*. 1(1). 272-282 <https://doi.org/10.32332/tarbawiyah.v1i01.1022>
- [10] Asep, K. (2015). Pendidikan Karakter Di Pondok Pesantren Dalam Menjawab Krisis Sosial. *Edueksos: Journal Pendidikan Sosial dan Ekonomi*. Vol. 4, No. 1.
- [11] Aliva, E. (2020). Manajemen Kurikulum Berbasis Akhlak, Nilai, dan Moral di Pondok Modern Darussalam Gontor. *Journal Mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam*. 1(2). <http://dx.doi.org/10.32478/leadership.v1i2.447>
- [12] Mahmud H., Isatul, H. (2017). Pengaruh Fasilitas Pembelajaran Terhadap Kedisiplinan Santri di Madarasah Diniyah Muzamzamah Chosyi'ah Asrama Putri XI Pondok Pesantren Darul 'Ulum Jombang. *Journal Pendidikan Islam*. 1(1).
- [13] Fatan Faiz, Nurhadi. (2021). Pembentukan Sikap Disiplin Siswa Padasekolah Berbasis Asrama, *Qalamuna, Jorna Pendidikan, Sosial, dan Agama*. 13(2). 309-326 <https://doi.org/10.37680/qalamuna.v13i2.902>
- [14] Rofiatun, Mohammad Thoha, (2021). Manajemen Pembinaan Kedisiplinan Santri Dalam Mengikuti Kegiatan Keagamaan Di Pondok Pesantren Nuruss Shibyan Ambat Tlanakan Pamekasan. *Journal Of Islamic Education Management*. 2(2). 278-787 <https://doi.org/10.19105/re-jiem.v2i2.2937>