

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pondok Pesantren adalah lembaga pendidikan Islam yang menekankan pembinaan akhlak, spiritualitas, dan kemandirian santri. Pesantren merupakan sebuah lembaga pendidikan berbasis agama Islam yang difasilitasi dengan asrama, dimana seluruh santri diharuskan untuk menetap dan menghabiskan waktu selama 24 jam berada di pesantren guna untuk menuntut ilmu. Perpindahan dari lingkungan lama ke lingkungan baru membutuhkan proses adaptasi bagi setiap individu, baik adaptasi tentang cara berkomunikasi, adaptasi tentang cara bergaul serta adaptasi dengan budaya yang berlaku di tempat baru tersebut.

Kehidupan di pesantren yang mengharuskan santri untuk tinggal jauh dari keluarga selama waktu yang cukup lama (Nadya, 2024). Salah satu tantangan yang sering dihadapi oleh santri adalah perasaan *Homesickness*, atau perasaan rindu terhadap rumah dan lingkungan yang mereka kenal. Menurut Thurber & Walton (2012) *Homesickness* adalah perasaan rindu terhadap rumah, keluarga, dan lingkungan yang familiar, yang sering muncul ketika seseorang berada di tempat baru untuk jangka waktu tertentu. Perasaan ini dapat memicu kecemasan, kesedihan, hingga kesulitan beradaptasi di lingkungan baru.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rohmatun (2024) pada subjek penelitian yang berjumlah 116, ditemukan tidak ada (0%) yang mengalami *homesickness* sangat tinggi, sejumlah 11 subjek (9,5%) mengalami *homesickness* tinggi, 44 subjek (37,9%) mengalami *homesickness* sedang, dan 57

subjek (49,1%) tingkat *homesickness* nya rendah, dan yang terakhir 4 subjek (3,4%) tingkat *homesickness* nya sangat rendah. Kemudian pada penelitian yang dilakukan oleh Putri et al., (2023) pada 35 mahasiswa perantau yang menghasilkan, 6 orang (17%) sering merasakan *homesickness*, 15 orang (43%) terkadang merasakan *homesickness*, dan 14 orang (40%) jarang merasakan *homesickness*. Sejalan dengan penelitian Nusi et al., (2022) terhadap 105 mahasiswa rantau, berdasarkan analisis deskriptif variabel *homesickness* menunjukkan ada 89 subjek (85%) berada di kategori tinggi dan 16 subjek (15%) berada di kategori rendah.

Populasi *Homesickness* agak sulit untuk dinilai, karena ini bukan fenomena yang berkelanjutan, kerinduan terjadi pada episode-episode berkala, yang di mana gejalanya dialami terus menerus yang dapat menyerang secara tiba-tiba dan tidak terduga pada seseorang yang menjalani kehidupan yang jauh dari asal daerahnya mengalami konflik homesick yang tidak stabil yang akan menjadi tumpang tindih kenyataan dan perasaan

Menurut Alka (2024) *Homesickness* didefinisikan sebagai “*mini grief*” atau suatu emosi negatif yang disebabkan oleh perpisahan dari keterikatan dengan rumah, yang ditandai dengan sulitnya beradaptasi dengan lingkungan baru dan memiliki kerinduan terhadap kegiatan serta suasana rumah. Sebagian orang dapat menahan rasa rindu terhadap sesuatu hingga mereka dapat melakukan aktivitas biasanya. Namun, beberapa orang gagal menangani kesepian dan memutuskan untuk pulang atau boyong, melupakan semua tujuan dan keinginan mereka untuk tempat baru mereka. Permasalahan *Homesickness* ini harus diatasi karena

dampaknya luas, mengganggu psikologis dan biologis, menyebabkan masalah kesehatan yang memperburuk kondisi orang di tempat barunya.

Untuk melihat ada tidaknya fenomena *Homesickness* pada santri di Pondok Pesantren Al Washoya, maka peneliti melakukan observasi dan wawancara awal pada santri Pondok Pesantren Al Washoya pada tanggal 20 April 2025. Fenomena *Homesickness* terjadi pada santri di Pondok Pesantren Al Washoya. Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti dengan mewawancarai beberapa santri, peneliti menemukan bahwa tiga dari mereka menyatakan bahwa mereka merasa tidak betah dan tidak nyaman dengan lingkungan pondok meskipun sudah lebih dari satu tahun, berikut cuplikan wawancara yang peneliti lakukan :

Cuplikan wawancara 1 :

“ pas waktu sore habis sholat asar waktunya ngaji (taklim), saya ngaji duduk di teras masjid. Waktu itulah biasanya kalo lagi duduk terus merasa capek seharian belajar sering merasa sedih sendiri karena tiba-tiba rindu rumah, rindu orangtua, pengen pulang” (Wawancara dengan inisial MR, pada tanggal 20 April 2025)

Cuplikan wawancara 2 :

“ tad tad aku lo kalo di rumah habis sholat magrib ngak ada wirid lama sampek isyak, tapi kenapa ya di pondok lama sekali wiridannya sampek pegel tad duduk, di rumah lo enak tad” (Wawancara dengan inisial HR, pada tanggal 20 April 2025)

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara singkat terhadap beberapa santri, ditemukan adanya emosi negatif seperti ketidakpuasan dalam lingkungan baru, santri cenderung memikirkan rumah karena merasa lingkungan baru tidak memenuhi harapan mereka. Fenomena ini menunjukkan ciri-ciri *Homesickness* pada santri yang tinggal di Pondok Pesantren Al Washoya . Dari pengamatan yang peneliti lakukan, fenomena *Homesickness* juga dapat muncul saat jadwal orang tua santri untuk berkunjung/sambang ke pondok, tidak semua orang tua dapat menjenguk anaknya dikarenakan ada orang tua santri yang bekerja atau ada kegiatan yang lebih diprioritaskan pada waktu tersebut. bahkan ada juga santri yang pulang tanpa izin (kabur) dari pondok pesantren dikarenakan peraturan yang terlalu ketat, jadwal kegiatan pondok yang sangat padat, sehingga dia melakukan kabur/pulang tanpa izin, Keadaan santri seperti ini seringkali terjadi dan membuat santri akan merasakan *Homesickness*.

B. Perumusan Masalah

Penyesuaian diri memegang peran yang sangat penting dalam membantu mengatasi *Homesickness*, terutama ketika mereka menjalani fase transisi dari kehidupan rumah ke lingkungan yang baru (Rahayu dan Arianti, 2020). Penyesuaian diri adalah kemampuan individu untuk beradaptasi dengan situasi atau lingkungan baru. Santri yang mampu menyesuaikan diri cenderung lebih mudah menghadapi tantangan baru dan membangun kehidupan sosial yang mendukung di lingkungan barunya (Thariq dan Anshori, 2017) Dalam konteks *Homesickness*, penyesuaian diri bisa menjadi kunci untuk menemukan keseimbangan emosional dan mengatasi rasa rindu terhadap kampung halaman.

Penyesuaian diri adalah mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan, tetapi juga mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan (ke-inginan diri)" (Sunaryo,2004). Studi sebelumnya menunjukkan korelasi negatif antara *Homesickness* dan penyesuaian diri; dengan kata lain, kemampuan santri untuk menyesuaikan diri lebih rendah seiring dengan tingkat *Homesickness* yang lebih tinggi, sedangkan santri dengan kemampuan penyesuaian diri yang lebih baik cenderung mengalami *Homesickness* yang lebih rendah.

Penelitian dari Kurniawan (2024) yang menjelaskan bahwa salah satu faktor penyebab terjadinya *Homesickness* yakni masalah penyesuaian diri pada individu. Penyesuaian diri suatu hal yang harus dilakukan oleh individu seperti penyesuaian terhadap pola kehidupan, tempat tinggal, perbedaan waktu kegiatan, perbedaan budaya, dan penyesuaian diri pada teman-teman baru lingkungan sekitar. Jika individu mampu untuk menyesuaikan diri pada lingkungan baru maka akan meminimalisir *Homesickness*, maka dari itu dapat dikatakan bahwa antara penyesuaian diri dengan *Homesickness* saling mempengaruhi.

Sangat penting untuk memahami hubungan antara penyesuaian diri dan *Homesickness* santri di Pondok Pesantren. Dengan mengetahui hubungan ini, pihak pesantren dapat mengembangkan program dan pendekatan yang berguna untuk membantu santri mengatasi *Homesickness* dan meningkatkan kemampuan penyesuaian diri mereka, sehingga proses pendidikan dan pembinaan karakter dapat berjalan lebih baik.

Fokus utama penelitian adalah kehidupan santri di pondok pesantren. Perubahan yang terjadi di kehidupan pondok, hidup jauh dari keluarga, kampung halaman, dan banyaknya tuntutan yang dihadapi, serta bagaimana proses penyesuaian diri yang dihadapi mampu mengatasi *homesickness* dan mengatasi berbagai masalah selama masa perantauan. Berdasarkan inilah penulis mengajukan rumusan masalah adalah Hubungan Penyesuaian Diri dengan *Homesickness* pada Santri di Pondok Pesantren Al Washoya Jombang.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara penyesuaian diri dengan *homesickness* pada santri pondok pesantren

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini berkontribusi dalam memperkaya wawasan ilmiah di bidang psikologi, khususnya mengenai fenomena penyesuaian diri dan *homesickness* pada remaja yang berada di lingkungan pesantren.

Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang berfokus pada faktor-faktor psikologis yang memengaruhi proses adaptasi santri, sehingga dapat memperluas pemahaman akademik dalam bidang ini.

2. Secara Praktis

a. Bagi Santri :

Memberikan pemahaman tentang *homesickness* dan cara mengatasinya agar lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan pesantren.

b. Bagi Pengelola Pesantren :

Memberikan informasi untuk merancang program pendampingan dan strategi yang mendukung penyesuaian diri santri.

