

## **Bab 1 Pendahuluan**

### **Latar Belakang Masalah**

Indonesia merupakan negara dengan mayoritas penduduk beragama Islam, dibuktikan sebanyak 86.7% dari total penduduk Indonesia yang berjumlah 277.53 juta jiwa beragama Islam (Sukoso 2023). Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan yang berperan penting dalam memperdalam pemahaman terhadap ilmu agama Islam. Di lingkungan pesantren, nilai-nilai yang ditanamkan dan dikembangkan selalu berpijak pada ajaran-ajaran Islam yang menjadi pedoman hidup. Nilai-nilai tersebut tidak hanya diajarkan secara teori, tetapi juga dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga membentuk karakter santri yang berakhlak mulia dan berlandaskan keimanan yang kuat (Ulfiah et al., 2021).

Pondok pesantren pada awalnya didirikan oleh para ulama dengan tujuan untuk mendidik. Namun, seiring berjalannya waktu, pondok pesantren berkembang menjadi institusi pendidikan yang tidak hanya fokus pada aspek keagamaan, tetapi juga mencakup berbagai disiplin ilmu seperti bahasa, sains, dan keterampilan praktis. Adapun peserta didik yang mempelajari ilmu keagamaan dalam pondok pesantren dikenal dengan istilah santri. Santri-santri tentunya tinggal dan belajar di pesantren untuk mendalami ilmu agama Islam, seperti Al-Qur'an, Hadis, fiqh (hukum Islam), akhlak, tafsir, dan berbagai ilmu keislaman lainnya. Selain itu, santri juga sering diajarkan tentang tata cara kehidupan Islam sehari-hari, termasuk ibadah, adab, serta nilai-nilai moral dan etika dalam bermasyarakat.

Memasuki pondok pesantren, bagi seorang santri adalah sebuah langkah besar yang memerlukan penyesuaian diri yang signifikan. Di pondok pesantren, santri harus dapat beradaptasi terhadap lingkungan baru, rutinitas harian yang ketat, serta interaksi sosial dengan teman sebaya dan pengasuh. Selain itu, santri yang berasal dari berbagai latar belakang dan daerah, biasanya akan membuat dinamika sosial yang kompleks dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial yang berbeda. Santri yang mampu berinteraksi dengan baik, cenderung lebih cepat dalam proses menyesuaikan diri, sementara mereka yang kesulitan bergaul dapat merasa terasing dan kesepian.

Fenomena penyesuaian diri yang dialami santri pada tahun pertama di pesantren sering terjadi setiap tahunnya. Tidak sedikit santri yang mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru. Beberapa di antaranya menunjukkan ketidaknyamanan dengan menangis,

meminta pulang, atau sering kali meminta agar keluarganya datang menjenguk. Sementara itu, ada juga yang mengekspresikan ketidaknyamanan mereka melalui perilaku negatif, seperti bolos sekolah, melanggar aturan asrama, keluar dari lingkungan pesantren tanpa izin, dan bentuk pelanggaran lainnya. Tak jarang pula santri memutuskan untuk berhenti dan pindah sekolah karena merasa tidak betah. Ada yang keluar sebelum menyelesaikan pendidikannya, atau tetap bertahan namun dalam kondisi terpaksa, yang pada akhirnya dapat berdampak pada perilaku yang kurang terarah serta penurunan dalam pencapaian akademik (Atiyah et al., 2020).

Untuk membuktikan adanya permasalahan yang terjadi pada salah satu pondok pesantren yang akan dijadikan lokasi penelitian, dilakukan studi pendahuluan yang berisikan beberapa pertanyaan dan bentuk kuesioner dalam format *hardfile* yang disebarkan kepada 30 santri. Dari studi awal diketahui sebanyak 76.7% atau 23 santri mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri, sedangkan sisanya sebanyak 23.3% atau 7 santri tidak mengalami kesulitan penyesuaian diri. Faktor internal yang menyebabkan santri mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri yaitu 43,3% atau 13 orang santri melaporkan bahwa mereka merindukan rumah, 36,7% atau 11 lainnya mengatakan merindukan kedua orangtuanya, 16,7% atau 5 orang santri merasa cemas karena banyaknya kegiatan, 3,3% atau 1 orang santri merasa tidak percaya diri. Faktor eksternal yang menyebabkan santri mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri yaitu 63,4% atau 19 orang santri tidak nyaman karena teman, 23,3% atau 7 orang santri merasa malu untuk berinteraksi dengan teman baru, 13,3% atau 4 orang santri lainnya tidak memberikan jawaban. Hasil paling dominan pada studi pendahuluan ini yang menjadi faktor santri sulit menyesuaikan diri adalah teman sebaya, merindukan rumah dan keluarganya.

Tidak hanya kepada santri, studi pendahuluan juga dilakukan kepada 20 pengurus santri Al-hikam dalam format *softfile*. 18 pengurus melaporkan bahwa memang ada santri yang sulit dalam penyesuaian diri. Ciri-cirinya yaitu menangis, murung, kurang berinteraksi satu sama lain dan selalu menyendiri. Kesulitan penyesuaian diri tersebut berdampak pada kehidupan sehari-hari santri di pesantren sehingga mengakibatkan berkurangnya semangat mengaji dan sekolah, santri merasa tidak nyaman berada di pesantren. Adapun penyebabnya yaitu kurangnya percaya diri, keluarga yang kurang bisa mengapresiasi setiap tindakan yang dilakukan oleh anak dan faktor lingkungan yang biasanya di rumah serba ada kemudian di pesantren di didik untuk mandiri. Pengurus pondok pesantren pun turut membantu para santrinya untuk mampu menyesuaikan diri antara lain dengan mengajak santri bermain, memberikan motivasi,

memberikan semangat, memberikan pengarahan terkait dengan penyesuaian diri, menghiburnya, mengadakan acara ta'aruf santri agar saling kenal satu sama lain dan membangun percaya diri.

Penyesuaian diri merupakan proses yang mencakup respons secara mental maupun perilaku, di mana individu berupaya menghadapi ketegangan, frustrasi, kebutuhan, serta konflik internal dengan cara yang positif. Proses ini bertujuan untuk mencapai tingkat keseimbangan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan realitas objektif di lingkungan tempat ia berada (Schneiders, 1955). Penyesuaian diri mengacu pada proses individu dalam mengubah atau menyesuaikan perilaku, sikap, dan cara berpikirnya agar sesuai dengan tuntutan situasi dan lingkungan sekitar.

Dalam kehidupan, tentunya santri harus dapat beradaptasi dengan lingkungan belajar, teman sebaya, serta metode pengajaran yang mungkin berbeda dari sebelumnya. Proses penyesuaian diri ini tidak selalu mudah, dan santri dapat mengalami berbagai tantangan seperti, kesulitan bergaul, emosi yang tidak stabil, merindukan keluarga, dll. Oleh karena itu, dukungan dari pengurus santri dan teman-teman sangat penting untuk membantu santri merasa nyaman dan termotivasi. Seseorang santri dikatakan memiliki penyesuaian diri yang baik (*well adjusted person*) apabila mampu melakukan respon-respon yang matang, efektif, memuaskan dan mencerminkan kondisi yang sehat. Efektif di sini berarti mampu merespons situasi dengan penggunaan waktu dan energi secara efisien. Sedangkan sehat mengacu pada kesesuaian respons yang diberikan dengan jati diri individu, norma yang berlaku dalam lembaga atau kelompok sosial, serta hubungan individu dengan penciptanya (Poerwanto & Murdiyani, 2021).

Beberapa faktor yang mempengaruhi kemampuan penyesuaian diri mencakup faktor personal, sosial, dan lingkungan. Faktor personal meliputi kepribadian, kecerdasan emosional, serta tingkat resiliensi individu. Misalnya, individu dengan kepribadian yang fleksibel dan terbuka terhadap pengalaman baru cenderung memiliki kemampuan penyesuaian diri yang lebih baik. Selain itu, tingkat kecerdasan emosional yang tinggi memungkinkan seseorang mengelola emosi dengan efektif, baik dalam situasi stres maupun konflik interpersonal. (Pritaningrum & Wiwin, 2016)

Faktor sosial seperti dukungan keluarga, teman, dan komunitas juga memainkan peran penting. Dukungan sosial tidak hanya memberikan rasa aman, tetapi juga menyediakan sumber daya emosional dan praktis yang membantu individu dalam menyesuaikan diri dengan kondisi yang sulit. Faktor lingkungan, termasuk budaya dan kondisi kerja, dapat memberikan tantangan

atau peluang dalam proses penyesuaian diri. Lingkungan yang suportif dan inklusif, misalnya, dapat mempermudah adaptasi seseorang, sedangkan lingkungan yang penuh tekanan atau tidak ramah dapat menjadi hambatan (Kumalasari et al., 2012).

Sebaliknya, kemampuan penyesuaian diri dapat memengaruhi beberapa aspek penting dalam kehidupan individu. Salah satu dampaknya adalah terhadap kesehatan mental, seperti tingkat stres, kecemasan, dan kepuasan hidup. Individu yang mampu beradaptasi dengan baik cenderung lebih resilien terhadap stres dan memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Selain itu, penyesuaian diri juga memengaruhi prestasi dalam bidang akademik atau profesional. Dalam konteks pendidikan, misalnya, siswa yang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan belajar yang baru biasanya menunjukkan hasil akademik yang lebih baik. Di tempat kerja, kemampuan adaptasi yang baik meningkatkan efektivitas kerja, hubungan interpersonal, dan kepuasan kerja (Saputro & Sugiarti, 2021).

Penelitian terdahulu yang terkait "dukungan sosial dan penyesuaian diri" seperti penelitian yang dilakukan oleh Novi et al., (2021) yang berjudul "*pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri santri di pondok pesantren*" menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya berpengaruh positif secara signifikan terhadap penyesuaian diri dengan nilai *R Square* sebesar 55,5%. Peneliti lainnya pun yang bernama Maimunah, (2020) juga menemukan bahwa dukungan sosial berkontribusi positif terhadap penyesuaian diri secara keseluruhan. Sementara itu, Susanto & Indrawati, (2020) menemukan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan positif yang signifikan dengan penyesuaian diri pada siswa asrama SMA Virgo Fidelis Bawen. Nilai koefisien korelasi yang ditemukan adalah  $r = 0.705$  dan  $p = 0.000$  ( $p < 0,05$ ) yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka semakin baik penyesuaian diri siswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Novi et al., (2021), memperlihatkan bahwa hubungan interpersonal yang kuat dan dukungan emosional teman sebaya berperan penting dalam membantu santri menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan kehidupan di Pondok Pesantren Al-Hikam. Begitu juga dari tulisan Susanto & Indrawati, (2020) memperlihatkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan positif yang signifikan dengan penyesuaian diri. Berbeda dengan penelitian Lipschitz & Itzhaky, (2005) menemukan bahwa dukungan teman sebaya tidak secara signifikan berhubungan dengan tindakan penyesuaian diri remaja.

Penelitian Al-Ihza, (2024) menemukan bahwa penyesuaian diri memiliki keterkaitan negatif dengan *homesickness* dengan nilai *Pearson correlation* sebesar -0.619. Artinya, semakin baik penyesuaian diri seseorang, semakin rendah tingkat *homesickness* yang dialaminya. Dalam konteks yang berbeda, penelitian oleh Azzizaturrohman, (2023) justru menemukan keterkaitan positif antara *homesickness* dengan *self adjustment*, dimana koefisien korelasi *Pearsonnya* sebesar 0.398. Hal ini menegaskan bahwa, dalam beberapa kasus, *homesickness* dapat berasosiasi dengan peningkatan aspek-aspek tertentu dari penyesuaian diri. Sebuah perspektif unik diberikan oleh English et al., (2017), yang mengidentifikasi *homesickness* sebagai pengalaman umum pada mahasiswa baru, dan meskipun bersifat sementara, ia memiliki implikasi yang signifikan terhadap penyesuaian di lingkungan perguruan tinggi. Perbedaan metodologis dan populasi studi terlihat jelas pada ketiga penelitian ini, yang memberikan wawasan berharga tentang dinamika penyesuaian diri dalam situasi dan konteks yang berbeda-beda. Hasanah (2023) menyatakan dalam tulisannya, menyarankan agar mengeksplorasi variabel lain yang mempengaruhi penyesuaian diri, seperti kondisi psikologis. Satu variabel yang menggambarkan kondisi psikologis berdasarkan studi awal di atas adalah *homesickness*.

Namun, meskipun temuan-temuan ini menunjukkan pola yang serupa, ada celah penelitian yang dapat dieksplorasi lebih lanjut. Perbedaan konteks, seperti mahasiswa perantau dibandingkan dengan santri, membuka peluang untuk memahami bagaimana karakteristik lingkungan memengaruhi dinamika antara penyesuaian diri dan *homesickness*. Selain itu, variabel psikologis lainnya, seperti ketahanan mental, tingkat stres, atau dukungan sosial, dapat dimasukkan dalam model untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif. Penelitian mendatang juga dapat mengeksplorasi pendekatan intervensi yang efektif untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri, sehingga mengurangi dampak negatif *homesickness* pada individu di berbagai lingkungan.

Penelitian ini penting dilakukan untuk membentuk program orientasi yang efektif menciptakan dinamika lingkungan sosial yang ramah dan mendukung khususnya di pondok pesantren. Selain itu, penting juga dilakukan sebagai penguat keterampilan beradaptasi santri baru, terutama bagi santri yang belum pernah tinggal jauh dari keluarga, khususnya dalam konteks Pondok Pesantren Al-Hikam. Kebaruan penelitian ini mengeksplorasi secara bersama dengan memadukan variabel dukungan teman sebaya dan *homesickness* dalam proses penyesuaian diri santri dalam lingkungan pesantren.

Alasan dilakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Dukungan Teman Sebaya dan Homesickness terhadap Penyesuaian Diri pada Santri Pondok Pesantren Al-Hikam" adalah untuk memberikan kontribusi praktis dan teoretis dalam memahami faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri pada santri, khususnya di lingkungan pondok pesantren. Penyesuaian diri yang baik sangat penting bagi santri agar dapat menghadapi tantangan sosial dan akademik yang muncul selama berada di pesantren. Dukungan teman sebaya merupakan salah satu faktor penting dalam membangun rasa diterima dan dihargai, yang dapat meningkatkan penyesuaian diri. Di sisi lain, homesickness atau rasa rindu terhadap rumah dapat menjadi hambatan bagi santri dalam proses penyesuaian diri, yang jika tidak dikelola dengan baik dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis dan kinerja akademik mereka.

Dengan menganalisis hubungan antara dukungan teman sebaya, homesickness, dan penyesuaian diri, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berperan dalam membantu santri menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren.

### **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah dukungan teman sebaya dan homesickness mempengaruhi penyesuaian diri pada santri di Pondok Pesantren Al-Hikam?

### **Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan teman sebaya dan homesickness terhadap penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren Al-Hikam.

### **Kegunaan Penelitian**

#### 1. Manfaat Teoritis:

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur mengenai dinamika penyesuaian diri, khususnya dalam konteks pendidikan pesantren, dan memberikan dasar bagi penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis dan akademik siswa di lingkungan pendidikan yang khas seperti pesantren. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat berkontribusi dalam pengembangan bidang psikologi, khususnya psikologi sosial, psikologi pendidikan, dan psikologi pesantren.

## 2. Manfaat Praktis:

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis bagi pihak-pihak terkait, seperti pengelola pondok pesantren dan orang tua santri. Dengan mengetahui pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan homesickness terhadap penyesuaian diri santri, diharapkan dapat membantu pengelola pondok pesantren dalam merancang program dukungan sosial yang dapat mengurangi tingkat homesickness dan meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri. Orang tua santri juga diharapkan dapat lebih memahami pentingnya peran dukungan sosial teman sebaya dalam membantu penyesuaian diri anak-anak mereka.

Selain itu, bagi rekan santri dan santri itu sendiri, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan refleksi dan pemahaman mengenai pentingnya menciptakan lingkungan sosial yang suportif di antara sesama santri. Rekan santri diharapkan dapat lebih peduli dan saling mendukung satu sama lain, sehingga tercipta suasana yang nyaman dan membantu proses penyesuaian diri. Bagi santri secara individu, penelitian ini dapat mendorong mereka untuk lebih terbuka dalam membangun relasi sosial yang positif serta menyadari bahwa mencari dan menerima dukungan dari teman sebaya merupakan langkah penting dalam menghadapi tantangan di lingkungan pesantren.

