

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Konteks Penelitian**

Pesantren adalah lembaga pendidikan tradisional di mana para santri tinggal bersama dan belajar di bawah bimbingan seorang kiai. Santri menginap di asrama yang disediakan dalam kompleks pesantren, yang juga dilengkapi dengan masjid untuk beribadah, ruang belajar, dan tempat untuk kegiatan keagamaan lainnya. Kompleks ini biasanya dikelilingi oleh tembok untuk mengawasi keluar masuknya santri sesuai peraturan yang berlaku. Istilah pondok pesantren merujuk pada konsep yang sama. Pesantren berarti tempat belajar bagi para santri, sementara pondok merujuk pada rumah atau tempat tinggal sederhana yang terbuat dari bambu. Kata pondok mungkin berasal dari bahasa Arab "*funduq*" yang berarti asrama atau hotel. Di Jawa, termasuk Sunda dan Madura, istilah pondok dan pesantren umum digunakan, sedangkan di Aceh dikenal sebagai dayah, rangkang, atau menuasa, dan di Minangkabau disebut surau. Pesantren dapat dipahami sebagai lembaga pendidikan dan pengajaran agama yang umumnya menggunakan metode non-klasikal.

Seorang kiai mengajarkan ilmu agama Islam kepada santri berdasarkan kitab-kitab yang ditulis dalam bahasa Arab oleh ulama abad pertengahan, dengan santri tinggal di asrama dalam kompleks pesantren tersebut. Pondok pesantren

adalah lembaga pendidikan yang fokus pada pembentukan karakter dan akhlak santri. Pembelajaran di pondok pesantren sangat menekankan nilai-nilai keislaman

dan moral yang tinggi. Selain itu, santri diajarkan untuk menghormati orang tua, guru, dan orang yang lebih tua. Hal ini melatih santri untuk menjadi pribadi yang rendah hati, sabar, dan bertanggung jawab. Namun dalam prosesnya para santri mengalami kesulitan dalam beradaptasi dikarenakan datang dari berbagai daerah dengan latar belakang yang berbeda-beda, hal tersebut menyebabkan para santri merindukan kampung halamannya atau bisa disebut juga dengan *homesickness*.<sup>1</sup>

*Homesickness* didefinisikan sebagai emosi negatif yang timbul akibat perpisahan dari keterikatan dengan rumah, ditandai dengan kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru dan kerinduan terhadap kegiatan serta suasana rumah. *Homesickness* merupakan kerinduan atau gangguan yang disebabkan oleh perpisahan dari rumah sebenarnya, dan keadaan *distress* yang muncul karena individu berpisah dari tempat tinggalnya. *Homesickness* ditandai oleh pemikiran kuat tentang rumah dan keterikatan terhadap objek tertentu. Biasi, Mallia, Russo, Menozzi, Cerutti, dan Vilani (2018) menyatakan bahwa memisahkan diri dari rumah tidak selalu berdampak negatif, tetapi cenderung meningkatkan risiko bagi individu yang rentan secara mental. Santri dapat mengalami peningkatan gejala depresi, kecemasan, dan efek negatif pada kesehatan. Sunbul dan Cekici (2018) menambahkan bahwa keputusan santri untuk meninggalkan rumah kadang-kadang dapat menyebabkan tingkat stres tertentu, karena santri harus menghadapi tantangan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.

Watt dan Badger (2009, dalam Shasra, 2022) menemukan bahwa persentase kejadian *homesickness* mencapai 40,4% pada pelajar dengan latar belakang negara

---

<sup>1</sup> Nura Yusrina, Husna Hidayati, and Yuni Arnita, “Gambaran *Homesickness* Pada Siswa Di Pesantren Kota Banda Aceh,” *Jurnal Ilmu Keperawatan* 11, no. 1 (2023).

yang beragam. Penelitian yang dilakukan oleh Martasari dan Ediati (2018) terhadap 182 santri dari berbagai sekolah di Amerika melaporkan bahwa 11,1% santri laki-laki dan 13,2% santri perempuan mengalami *homesickness*, sementara 75,7% santri lainnya tidak mengalami *homesickness*. Sunbul dan Cekici (2018) menyatakan bahwa santri mungkin mengalami masalah psikologis yang disebut *homesickness*, yaitu rasa kerinduan yang mendalam terhadap anggota keluarga dan perasaan keterasingan saat berada di lingkungan baru yang tidak dikenal. Meskipun *homesickness* belum menjadi fokus utama dalam penelitian ilmiah, hal ini dapat dianggap sebagai masalah serius bagi individu. Menurut Biasi, Mallia, Russo, Menozzi, Cerutti, dan Vilani (2018), *homesickness* merupakan masalah kompleks yang memengaruhi fungsi emosional, kognitif, sosial, dan fisik individu. Fisher menambahkan bahwa sekitar 50% hingga 75% individu dari populasi umum pernah mengalami *homesickness* setidaknya sekali dalam hidup santri, dan sekitar 10% hingga 15% dari kasus *homesickness* tersebut melibatkan perasaan rindu.

Meskipun belum jelas seberapa besar peran kerinduan dalam *homesickness*, kondisi ini memiliki dampak signifikan pada kesejahteraan emosional individu. Berdasarkan fenomena tersebut, *homesickness* dapat menyebabkan berbagai dampak pada santri baru. *Homesickness* memengaruhi fungsi emosional, kognitif, sosial, somatik, serta dapat menyebabkan kecemasan yang parah atau gejala depresi. Penelitian yang dilakukan oleh Istanto & Engry (2019) menunjukkan bahwa *homesickness* yang dialami individu dapat memiliki dampak negatif seperti penyesalan atas pemilihan pendidikan yang jauh dari rumah. Selain itu,

*homesickness* juga memiliki dampak negatif terhadap kemampuan adaptasi individu (Mariska, 2018).

Untuk membantu santri mengatasi *homesickness* dan beradaptasi dengan lingkungan pondok pesantren, diperlukan strategi *coping* yang efektif. Strategi ini dapat membantu santri mengelola perasaan *homesickness*, membangun koneksi sosial yang kuat, dan merasa lebih nyaman dan aman di lingkungan pesantren. Lingkungan pesantren, termasuk pengajar, staf, dan sesama santri, memainkan peran penting dalam membantu santri mengatasi *homesickness*. Dukungan emosional, hubungan yang positif, dan ikatan yang kuat dengan lingkungan pesantren dapat membantu mengurangi perasaan kesepian dan isolasi yang sering terkait dengan *homesickness*.<sup>2</sup>

Mengenai hal ini telah disebutkan pula dalam Al-Qur'an, surah Yunus ayat 57:

يَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ  
لِّلْمُؤْمِنِينَ<sup>3</sup>

Dan pada Al-Qur'an surah Al-Isra: 82 yang berbunyi :

وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۗ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا<sup>4</sup>

Menurut Tafsir Ibn Kathir, Surah Yunus ayat 57 dan Surah Al-Isra ayat 82 sama-sama menegaskan bahwa Al-Qur'an adalah petunjuk, penyembuh penyakit hati seperti syirik dan keraguan, serta rahmat bagi orang-orang yang beriman. Al-

<sup>2</sup> Eva Meizara, Puspita Dewi, and Muhammad Nur Hidayat Nurdin, "Psikoedukasi Homesick Santri Di Ummul Mukminin Makassar," *Dedikasi* 22, no. (n.d.).

<sup>3</sup> Departemen Agama RI, "*Al-Quran Dan Terjemahnya*", Jakarta: Departemen Agama RI, 2005.

<sup>4</sup> "Al Quran Dan Terjemahnya."

Qur'an memberikan nasihat dan bimbingan menuju jalan yang benar, namun bagi orang-orang zalim yang menolaknya, Al-Qur'an justru menambah kerugian mereka karena mereka tidak mengambil manfaat darinya.

*Coping stress* adalah upaya untuk mengatasi stres dengan beradaptasi terhadap permasalahan dan tekanan. *Coping* berasal dari kata "*to cope*" yang berarti mengatasi atau menanggulangi. Menurut *Dictionary of Psychology*, *Coping* adalah tindakan untuk meminimalisir atau menyelesaikan masalah melalui interaksi dengan lingkungan. *Coping stress* melibatkan perilaku dan pola pikir yang digunakan untuk menghadapi keadaan mendesak.

*Strategi coping stress* terbagi menjadi dua, yaitu *Emotion-Focused Coping* dan *Problem-Focused Coping*. *Emotion-Focused Coping* bertujuan mengelola emosi akibat stres, bukan menyelesaikan masalah langsung. Bentuknya meliputi *distancing* menghindari keterlibatan langsung, *escape avoidance* menjauh dari masalah, *self-control* mengendalikan diri dengan batasan, *accepting responsibility* menyadari peran dalam masalah, dan *positive reappraisal* melihat sisi positif dari situasi stres.<sup>5</sup>

*Problem-Focused Coping* menekankan pada upaya langsung mengatasi sumber stres. Strategi ini mencakup pemecahan masalah dengan pendekatan analitis, di mana individu menggunakan pendekatan analitis untuk mengubah atau memperbaiki situasi yang menyebabkan stres. *confrontational coping* dengan

---

<sup>5</sup> Juli Maini Sitepu and Mawaddah Nasution, "Pengaruh Konsep Diri Terhadap Coping Stress Pada Mahasiswa FAI UMSU," *INTIQAD: Jurnal Agama Dan Pendidikan Islam*, 68-83, (n.d.), <http://dx.doi.org/10.30596%2Fintiqad.v9i1.1082>.

menghadapi masalah secara tegas, serta mencari dukungan sosial untuk memperoleh bantuan atau nasihat dari orang lain.

Beberapa faktor mempengaruhi *coping stress*, antara lain kesehatan fisik, yang mempengaruhi kemampuan individu dalam menghadapi tekanan. Perspektif positif juga berperan penting dalam menentukan cara seseorang menanggapi situasi stres, keterampilan memecahkan masalah dan keterampilan sosial dapat membantu individu untuk mencari solusi dan berinteraksi secara efektif dengan orang lain dalam situasi sulit, dan keterampilan sosial. Selain itu, dukungan sosial dari lingkungan sekitar serta ketersediaan sumber daya pendukung juga menjadi faktor yang sangat berpengaruh dalam menentukan keberhasilan strategi coping yang diterapkan.<sup>6</sup>

Fungsi coping stress terbagi menjadi dua. *Emotion-Focused Coping* berfungsi untuk mengatur reaksi emosional terhadap stres, seperti melalui peminiman, penghindaran, dan penilaian positif. Sedangkan *Coping Problem-Focused* berfokus pada identifikasi dan perubahan penyebab stres melalui analisis dan tindakan nyata.<sup>7</sup>

Respon *coping* terhadap stres juga terdiri dari dua bentuk. Respon fisiologis muncul melalui reaksi fisik seperti detak jantung meningkat atau otot tegang. Sementara itu, respon psikososial mencakup mekanisme pertahanan diri, reaksi verbal, dan orientasi terhadap pemecahan masalah<sup>8</sup>

---

<sup>6</sup> Sitepu and Nasution. "Pengaruh Konsep Diri Terhadap Coping Stress Pada Mahasiswa FAI UMSU"

<sup>7</sup> Millatin Nihayah, "Peran Kecerdasan Spiritual (SQ) Terhadap Coping Stress Di SMA Darul Ulum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang," (Jombang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, n.d.).

<sup>8</sup> Jehan Shahnaz Azahra, "Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Coping Stress Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Fakultas Pendidikan Psikologi," (Jakarta: Universitas Negeri Jakarta, 2017).

*Coping stress* melibatkan berbagai strategi dan respon yang berfungsi untuk mengelola dan mengurangi dampak stres, baik melalui pendekatan emosional maupun pemecahan masalah.

Penelitian mengenai strategi *Coping* untuk santri yang mengalami *homesick* di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum memiliki signifikansi yang besar dalam konteks membantu santri beradaptasi dengan lingkungan pondok pesantren, meningkatkan kesejahteraan mental santri, dan mendukung pencapaian kesuksesan akademik. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengembangkan program pencegahan dan intervensi yang efektif guna mengatasi *homesick* secara lebih terarah. Dengan mengkaji aspek-aspek ini, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru yang belum pernah dijelajahi oleh penulis lain, khususnya dalam konteks Pondok Pesantren Manba'ul Ulum, serta memberikan kontribusi berharga dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan santri di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin Kalimantan Selatan.

Pondok Pesantren Manba'ul 'Ulum merupakan lembaga pendidikan Islam swasta non-profit dan independen yang berdiri sejak 28 Agustus 1985 oleh (Alm) K.H. Muhammad Mukeri Gawith, MA di Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan. Pesantren ini menerapkan sistem pendidikan terpadu dengan model berasrama penuh serta pembelajaran bahasa Arab secara intensif.

Seiring perkembangannya, pesantren membuka program khusus putri pada tahun 1995 serta program Tahfidzul Qur'an bagi santri putra dan putri. Kurikulum yang diterapkan merupakan perpaduan antara sistem salafiyah, modern, dan kurikulum nasional dengan metode pembelajaran klasikal dan talaqqi.

Untuk menjaga kedisiplinan dan kemandirian santri, terdapat Organisasi Santri Manba'ul 'Ulum (OSMU) yang mengatur berbagai kegiatan harian. Dengan sistem pendidikan yang diterapkan, pesantren berupaya mencetak generasi yang beriman, bertakwa, dan siap mengabdikan diri kepada agama, bangsa, dan negara.

Berdasarkan wawancara dengan santri, ditemukan bahwa *homesick* merupakan tantangan emosional yang umum dialami oleh santri baru di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum. Santri merasakan berbagai kesulitan adaptasi, seperti rasa kangen terhadap keluarga, lingkungan baru yang berbeda dengan rumah, serta keterbatasan akses komunikasi dengan orang tua. Beberapa santri mengungkapkan bahwa santri mengalami kesedihan, kehilangan semangat, bahkan keinginan untuk pulang, terutama di awal masa tinggal di pesantren. Namun, dengan berjalannya waktu, santri mulai menemukan berbagai cara untuk mengatasi rasa *homesick*, baik melalui dukungan teman sebaya, keterlibatan dalam aktivitas pesantren, maupun komunikasi dengan keluarga.<sup>9</sup>

Gambaran *homesick* dari wawancara santri dan ustaz menunjukkan bahwa perasaan rindu terhadap rumah sangat kuat dirasakan oleh santri, terutama di awal masa tinggal santri di pesantren. Beberapa santri mengungkapkan bahwa santri merasa sedih, bingung, bahkan ingin pulang karena belum terbiasa dengan lingkungan pesantren. Faktor seperti perbedaan makanan, aturan yang ketat, serta keterbatasan akses komunikasi dengan keluarga menjadi pemicu utama *homesick*. Dalam mengatasi hal ini, santri mencoba berbagai strategi, seperti menyibukkan diri dalam aktivitas pesantren, berbagi cerita dengan teman sebaya, serta menelepon

---

<sup>9</sup> Hasil peninjauan awal di di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum pada 8 Agustus 2024.

keluarga saat ada kesempatan. Pihak pesantren juga memiliki peran dalam membantu santri beradaptasi, melalui program seperti Masa Ta'aruf Santri Baru (Matsaba), kegiatan sosial, serta dukungan dari pengurus dan ketua kamar. Selain itu, ustaz juga memberikan motivasi kepada santri dengan berbagi pengalaman santri saat mondok, sehingga santri lebih termotivasi untuk bertahan. Namun, tetap terdapat beberapa kendala, seperti keterbatasan izin pulang, jadwal komunikasi yang terbatas, serta perasaan iri terhadap teman yang sering dikunjungi keluarga. Dengan memahami kondisi ini, diharapkan pihak pesantren dapat terus mengembangkan strategi yang lebih efektif agar santri dapat beradaptasi dengan lebih baik di lingkungan pesantren.<sup>10</sup>

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik meneliti secara mendalam dengan judul skripsi "Strategi *Coping* bagi Santri yang Mengalami *Homesick* di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum". Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana santri menghadapi *homesick*, faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan strategi *coping*, serta kendala yang santri hadapi dalam proses adaptasi. Dengan memahami lebih dalam strategi yang diterapkan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru serta rekomendasi bagi pihak pesantren dalam mengembangkan program yang lebih efektif untuk membantu santri mengatasi *homesick*.

Selain itu, dari sudut pandang perkembangan peserta didik, *homesickness* yang dialami santri juga berkaitan erat dengan aspek perkembangan pribadi dan tugas perkembangan remaja. Pada masa remaja, individu dituntut untuk mencapai

---

<sup>10</sup> Hasil peninjauan awal di di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum pada 8 Agustus 2024.

kemandirian emosional dari orang tua, menyesuaikan diri dengan kelompok sebaya, serta membentuk identitas diri yang kuat tugas-tugas perkembangan ini sering kali terhambat oleh rasa rindu yang berlebihan terhadap rumah. Perasaan tidak nyaman dan kesulitan beradaptasi di lingkungan pesantren menjadi hambatan dalam proses pembelajaran dan perkembangan emosional santri. Dalam konteks bimbingan dan konseling, kondisi ini menjadi perhatian penting karena dapat memengaruhi kestabilan emosi, serta kemampuan santri dalam membentuk relasi sosial yang sehat. Oleh karena itu, peran layanan BK sangat dibutuhkan dalam memberikan pendampingan, konseling, dan pengembangan strategi *coping* yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan perkembangan santri, agar mereka mampu menjalani masa tinggal di pesantren dengan lebih baik dan produktif.

## **B. Definisi Istilah**

### **1. Strategi *Coping***

Teknik atau metode yang digunakan oleh santri untuk mengatasi perasaan *homesick* dan beradaptasi dengan lingkungan baru di pondok pesantren. Ini mencakup berbagai pendekatan seperti dukungan sosial, kegiatan positif, dan pengembangan hubungan dengan pengajar, staf, serta sesama santri.<sup>11</sup>

### **2. *Homesick***

Emosi negatif yang dialami santri akibat perpisahan dari rumah dan keluarga, yang ditandai dengan kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru, rasa

---

<sup>11</sup> Risma Frianty and Ema Yudiani, "Hubungan Antara Kematangan Beragama Dengan Strategi Coping Santriwati Di Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Lathifiyyah Palembang," *Jurnal Psikologi Islam* Vol. 1 (n.d.).

rindu terhadap suasana rumah, serta keterikatan emosional dengan objek atau kegiatan yang ada di rumah.<sup>12</sup>

*Homesick* dalam penelitian ini adalah kondisi emosional yang dialami santri akibat perpisahan dari rumah dan keluarga, yang ditandai dengan perasaan rindu mendalam, kesulitan beradaptasi, serta munculnya emosi negatif seperti sedih, cemas, dan ketidaknyamanan. *Homesick* ini diukur berdasarkan seberapa sering santri memikirkan rumah, intensitas kerinduan yang dirasakan, serta dampaknya terhadap aktivitas sehari-hari, seperti keterlibatan dalam pembelajaran, interaksi sosial, dan kesejahteraan psikologis di pondok pesantren. Menurut Thurber dan Walton (2007), homesickness adalah gangguan emosional akibat perpisahan dari tempat yang familiar, yang memicu keinginan kuat untuk kembali ke rumah. Biasi et al. (2018) menyebutkan bahwa homesickness memengaruhi aspek emosional, kognitif, sosial, dan fisik individu. Adapun menurut peneliti, homesick adalah bentuk reaksi psikologis santri baru yang ditandai dengan kerinduan terhadap rumah dan keluarga, serta penurunan kenyamanan dalam belajar dan bersosialisasi di lingkungan pondok pesantren.

### 3. Santri di Pondok Pesantren

Santri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah remaja berusia antara 12–18 tahun yang sedang menjalani pendidikan dan kehidupan sehari-hari di lingkungan pondok pesantren, tinggal jauh dari rumah dalam jangka waktu menengah hingga panjang (minimal 6 bulan), dan belum terbiasa hidup mandiri di luar lingkungan keluarga.

---

<sup>12</sup> Habiburrahman, "Hubungan Gratitude Dengan Homesickness Santri Baru Pondok Pesantren," *PAKAR Pendidikan* 20, no. 1 (n.d.).

### **C. Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka fokus penelitian yang akan diteliti pada penelitian ini meliputi:

1. Penerapan strategi *coping* bagi santri yang mengalami *homesick* di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin Kalimantan Selatan.
2. Faktor pendukung dan penghambat penerapan strategi *coping* bagi santri yang mengalami *homesick* di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin Kalimantan Selatan.

### **D. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan hal-hal sebagai berikut

1. Untuk mendeskripsikan dan mengetahui penerapan strategi *coping* yang diterapkan oleh santri dalam mengatasi *homesick* di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin.
2. Untuk mengetahui faktor-faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan strategi *coping* bagi santri yang mengalami *homesick* di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin.

### **E. Signifikansi Penelitian**

Penelitian tentang strategi coping bagi santri yang mengalami homesick di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum penting untuk membantu santri beradaptasi, meningkatkan kesejahteraan mental, mendukung kesuksesan pendidikan, serta mengembangkan program pencegahan dan intervensi yang tepat. Penelitian ini dilakukan karena belum ada kajian sebelumnya di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum.<sup>13</sup>

Penelitian mengenai strategi *coping* bagi santri yang mengalami *homesick* di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum memiliki signifikansi praktis yang penting dalam berbagai aspek, baik bagi santri, pesantren, tenaga pendidik, maupun orang tua santri. Berikut adalah manfaat praktis dari penelitian ini:

#### 1. Bagi Santri

- a. Memberikan wawasan dan strategi yang efektif dalam mengatasi perasaan *homesick*, sehingga santri dapat lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan pesantren.
- b. Membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis santri dengan memberikan pendekatan *coping* yang tepat untuk mengelola stres dan emosi negatif.
- c. Meningkatkan motivasi belajar dan partisipasi santri dalam kegiatan pesantren.

#### 2. Bagi Pondok Pesantren

---

<sup>13</sup> Mochammad Said, "Strategi Coping Santri Baru: Studi Kasus Di Ponpes Al-Amin, Mojokerto," *Seminar Psikologi & Kemanusiaan*, 2015, 206.

- a. Menjadi acuan bagi pihak pesantren dalam mengembangkan program pendampingan psikologis bagi santri baru yang mengalami *homesickness*.
  - b. Memberikan wawasan kepada pengelola pesantren dalam menciptakan lingkungan yang lebih mendukung adaptasi santri, baik dari segi sosial, maupun psikologis.
  - c. Memperkuat sistem pembinaan karakter dan pendidikan di pesantren dengan memperhatikan aspek kesejahteraan emosional santri.
3. Bagi Tenaga Pendidik dan Pembina Pesantren
- a. Membantu tenaga pendidik dalam memahami permasalahan *homesickness* yang dialami santri, sehingga santri dapat memberikan bimbingan dan dukungan yang lebih efektif.
  - b. Menyediakan rekomendasi strategi *Coping* yang dapat diterapkan dalam kegiatan pembelajaran dan pembinaan santri untuk menciptakan lingkungan yang lebih nyaman dan inklusif.
  - c. Meningkatkan peran tenaga pendidik sebagai fasilitator dalam membantu santri mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang diperlukan untuk menghadapi tantangan di lingkungan baru.
4. Bagi Orang Tua Santri
- a. Memberikan pemahaman kepada orang tua tentang *homesickness* yang dialaminya serta cara mendukung santri dari jauh.
  - b. Menyediakan panduan bagi orang tua dalam memberikan dukungan emosional yang efektif agar anak santri dapat lebih mudah beradaptasi dengan kehidupan di pesantren.

- c. Membantu membangun komunikasi yang lebih baik antara orang tua dan santri untuk mengurangi dampak psikologis dari perpisahan dengan keluarga.

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang luas bagi berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung, dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kualitas pembelajaran santri di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum.

## **F. Penelitian Terdahulu**

Adapun penelitian ini ada kaitannya dengan penelitian terdahulu guna untuk mendapat perbandingan dengan yang akan penulis teliti sebagai berikut

1. Uswatun Hasanah dan Naili Saadah dengan judul “Gambaran Stres dan Strategi *Coping* pada Santri Tahfidz di Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah Asrama Al-‘Asyiqiyah’ dengan persamaan keduanya berfokus pada kehidupan dan pengalaman santri di pondok pesantren dan *stres* serta penyesuaian tentang tantangan yang dihadapi oleh santri, termasuk stres dan strategi penyesuaian diri. Dan perbedaannya adalah meneliti tentang stres dan strategi *coping* pada santri tahfidz di Pondok Pesantren sedangkan penelitian ini berfokus pada *homesickness* dan adaptasi santri di pondok pesantren.<sup>14</sup>

Hasil dari penelitian ini yaitu subjek I, II, dan IV menggunakan jenis *coping* yang sama yaitu *emotion focus coping* dan hanya satu subjek yang

---

<sup>14</sup> Uswatun Hasanah and Naili Sa'adah, “Gambaran Stress Dan Strategi Coping Pada Santri Tahfidz Di Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah Asrama Al-‘Asyiqiyah,” *Scholastica: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan* 3, no. 2 (2021): 1–16.

menggunakan dua jenis *coping* yaitu subjek III. Subjek III menggunakan *emotion focus coping* dan juga *problem focus coping*.

2. M. Fajarul falah dengan penelitiannya adalah “Strategi *Coping Stress* Santri Sepuh Pondok Pesantren Raudatul Ulum Balong Desa Karang Salam Kidul Kecamatan Kedung Banteng Kabupaten Banyumas” yang terdapat persamaannya adalah kedua penelitian memfokuskan kajian pada santri yang tinggal di pesantren. Sama-sama meneliti masalah yang dialami santri terkait lingkungan pesantren. Aspek Psikologis, Keduanya membahas masalah psikologis yang dihadapi oleh santri, seperti *stress* dan *homesickness*. Penelitian pada skripsi dan makalah sama-sama meneliti strategi *coping* untuk mengatasi masalah psikologis tersebut.

Metode Kualitatif, Kedua penelitian menggunakan metode kualitatif untuk mengumpulkan dan menganalisis data. Strategi *coping* baik skripsi maupun makalah menekankan pentingnya strategi *coping* dalam membantu santri mengatasi masalah psikologis santri.

Perbedaannya adalah skripsi meneliti sumber *stress* bagi santri sepuh dan bentuk-bentuk *stress* yang santri alami serta strategi *coping* yang santri gunakan. Sedangkan penelitian penulis berfokus pada *homesickness* yang dialami oleh santri dan dampak penerapan strategi *coping* untuk mengatasi *homesickness* tersebut.

Fokus Usia Skripsi meneliti santri sepuh (senior), sementara penulis meneliti tentang santri (junior).<sup>15</sup> Pendekatan penelitian skripsi lebih menekankan pada perubahan fisik dan gejala stres fisik yang dialami oleh santri. Sedangkan penulis lebih menekankan pada dampak emosional dan kognitif dari *homesickness* serta cara mengatasinya.

Hasil dari penelitian adalah menunjukkan bahwa stres yang dialaminya berdampak pada siklus hidup dan kesehariannya. Informan mengalami kesulitan berkonsentrasi akibat beban pikiran terkait biaya studi dan tunggakan pondok pesantren, yang menyebabkan kurangnya semangat, kesulitan makan, serta peningkatan kebiasaan merokok dan mengonsumsi kopi saat menyelesaikan tugas S2.<sup>16</sup>

3. Muhammad Najmul Umam dengan judul “Strategi *Coping* Santri Putri dalam Bimbingan Menghafal Al-Qur’an di Pondok Pesantren Nahdlatul Thalibin Tayu Kabupaten Pati Provinsi Jawa Tengah” yang memiliki persamaan fokus pada pondok pesantren, Kedua penelitian meneliti santri di pondok pesantren. Kedua penelitian mengkaji kesulitan yang dihadapi santri.

Strategi *coping*, keduanya menyoroti strategi *coping* yang digunakan santri. Tujuan penelitian kedua karya adalah untuk memahami dan meningkatkan kesejahteraan santri melalui strategi *coping* yang efektif. Sedangkan perbedaannya skripsi yaitu mengidentifikasi metode dan strategi *coping* santri dalam menghafal Al-Qur’an. Sedangkan penulis

---

<sup>15</sup> Jehan Shahnaz Azahra, “Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Coping Stress Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Fakultas Pendidikan Psikologi,” (Jakarta: Universitas Negeri Jakarta, 2017).

<sup>16</sup> I, Wawancara pada informan di Pondok Pesantren Roudlotul ‘Uluum, n.d.

mendeskripsikan dampak dan faktor penyebab *homesickness* serta strategi *coping* santri.<sup>17</sup>

#### Signifikansi Penelitian:

Skripsi: Fokus pada kesulitan dan *coping* strategi dalam konteks hafalan Al-Qur'an. Sedangkan penulis membantu santri beradaptasi dengan lingkungan pondok pesantren, meningkatkan kesejahteraan mental, dan mengembangkan program pencegahan serta intervensi *homesickness*.

Berdasarkan hasil penelitian mendapati bahwa permasalahan yang biasa dialami oleh penghafal bersumber dari beberapa hal yaitu: materi hafalan, kondisi guru yang membimbing, kondisi santri, metode menghafal dan lingkungan pesantren. Materi hafalan dapat menjadi masalah jika sedari awal tidak ditekankan untuk menggunakan satu mushaf ketika menghafal dan tidak ditentukan materi mana yang harus dihafalkan terlebih dahulu sesuai dengan kemampuan siswa. Selanjutnya, karena menghafal Al-Qur'an harus di bawah bimbingan seorang guru, maka proses menghafal mau tidak mau tergantung pada kondisi guru, menyesuaikan dengan aktivitas guru dan kuota guru yang tersedia kaitannya dengan giliran menyeter hafalan.<sup>18</sup>

---

<sup>17</sup> Hasanah and Sa'adah, "Gambaran Stress Dan Strategi Coping Pada Santri Tahfidz Di Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah Asrama Al-'Asyiqiyah."

<sup>18</sup> Najmul Umam, "Strategi *Coping* Santri Putri Dalam Bimbingan Menghafal Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Nahdlatut Thalibin Tayu Kabupaten Pati Provinsi Jawa Tengah" (2017).

## **G. Sistematika Penelitian**

BAB I, Pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah, definisi operasional, fokus penelitian, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, penelitian terdahulu, dan sistematika penelitian.

BAB II, Kajian teori yang berisi tinjauan teoritik dan kerangka pikir.

BAB III, Metode Penelitian yang terdiri dari jenis dan pendekatan penelitian, subjek dan objek penelitian, setting penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, teknik pengolahan data, teknik analisis data, dan instrumen penelitian.

BAB IV, Hasil dan Pembahasan yang terdiri dari hasil penelitian dan pembahasan.

BAB V, Penutup yang terdiri dari simpulan dan saran.