

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Gambaran Umum Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin**

Penelitian ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum, sebuah lembaga pendidikan Islam yang berlokasi di Kertak Hanyar, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan. Pondok pesantren ini didirikan oleh KH. Muhammad Mukeri Gawith, MA pada tanggal 28 Agustus 1985 di atas lahan seluas 3,2 hektar, dengan tujuan untuk menjawab kebutuhan masyarakat akan pendidikan Islam yang tidak hanya berbasis tradisi keilmuan pesantren, tetapi juga terintegrasi dengan wawasan dan pendekatan modern.

Seiring waktu, Pondok Pesantren Manba'ul Ulum mengalami perkembangan signifikan, baik dari aspek fisik, sistem pendidikan, maupun jumlah santri. Pesantren ini memiliki dua kompleks utama, yakni kompleks putra dan kompleks putri, yang masing-masing dilengkapi dengan fasilitas asrama, masjid atau mushalla, sekolah formal, perpustakaan, laboratorium, serta sarana pendukung lainnya seperti dapur umum dan fasilitas kebersihan. Kompleks putri sendiri baru resmi didirikan pada tahun 1995, berlokasi terpisah di atas lahan seluas 2 hektar.

Dengan tenaga pengajar yang berasal dari berbagai institusi pendidikan tinggi ternama, baik dari dalam maupun luar negeri, seperti Universitas Al-Azhar Mesir, Universitas Al-Ahgaff Yaman, dan UIN Antasari. Pondok Pesantren Manba'ul Ulum kini menjadi salah satu pusat pendidikan Islam yang berpengaruh di Kalimantan Selatan. Santri yang menempuh pendidikan di pesantren ini tidak

hanya berasal dari daerah sekitar, tetapi juga dari berbagai wilayah di Indonesia, menunjukkan jangkauan dan kepercayaan masyarakat yang luas terhadap sistem pendidikan yang diterapkan di pesantren ini.

Dalam konteks penelitian ini, Pondok Pesantren Manba'ul Ulum dipilih sebagai lokasi penelitian karena merupakan lingkungan pendidikan yang unik, dimana santri tinggal secara berasrama penuh, jauh dari keluarga, dan hidup dalam sistem yang disiplin dan kolektif. Hal ini menjadikan pesantren sebagai tempat yang relevan untuk meneliti fenomena *homesick* yang dialami oleh santri serta strategi  *coping* yang santri terapkan dalam menghadapi kondisi psikologis tersebut.

## **2. Sejarah Singkat Berdirinya Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin**

Pondok Pesantren Manba'ul Ulum adalah salah satu lembaga pendidikan Islam yang memiliki peran penting dalam mencetak generasi Muslim yang berilmu dan berakhlak. Berdirinya pesantren ini tidak terlepas dari visi besar pendirinya, KH. Muhammad Mukeri Gawith, MA, yang memiliki cita-cita luhur dalam pengembangan pendidikan Islam di Kalimantan Selatan.

Pada dekade 1980-an, kebutuhan akan pendidikan Islam yang lebih terstruktur dan modern semakin meningkat, terutama di wilayah Kalimantan Selatan. Banyak masyarakat yang menginginkan pendidikan berbasis pesantren yang tidak hanya mengajarkan ilmu agama secara tradisional tetapi juga membekali santri dengan wawasan modern. Melihat kondisi ini, KH. Muhammad Mukeri Gawith, MA berinisiatif untuk mendirikan sebuah pesantren yang dapat memenuhi kebutuhan tersebut.

Dengan semangat dan tekad yang kuat, beliau merintis pendirian Pondok Pesantren Manba'ul Ulum pada 28 Agustus 1985 di atas lahan seluas 3,2 hektar di Kertak Hanyar, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan. Pesantren ini berdiri sebagai lembaga pendidikan Islam yang independen, non-profit, dan tidak berafiliasi dengan partai politik atau organisasi massa tertentu.

Pada tahun-tahun awal berdirinya, Pondok Pesantren Manba'ul Ulum berfokus pada pendidikan agama Islam dengan sistem berasrama penuh serta pengajaran intensif dalam bahasa Arab. Metode pengajaran yang diterapkan menggabungkan kurikulum pesantren salafiyah dengan pendekatan modern, sehingga santri tidak hanya mendalami ilmu agama tetapi juga memiliki wawasan luas tentang dunia luar.

Melihat tingginya minat masyarakat, pada tahun 1987 mulai diwacanakan pembukaan pesantren khusus santri putri. Namun, karena berbagai kendala, rencana ini baru terealisasi pada tahun 1995 dengan didirikannya Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Putri di atas lahan seluas 2 hektar, terpisah dari kompleks pesantren putra. Pada tahun yang sama, pesantren juga membuka program khusus Tahfidzul Qur'an untuk santri putra dan putri.

Seiring dengan bertambahnya jumlah santri, pondok pesantren ini terus berkembang, baik dari segi fasilitas, tenaga pengajar, maupun sistem pendidikan. Pondok Pesantren Manba'ul Ulum mulai menarik minat calon santri dari berbagai daerah di Indonesia, bahkan beberapa santri berasal dari luar Kalimantan Selatan.

Dalam upaya meningkatkan mutu pendidikan, pesantren merekrut tenaga pengajar yang berasal dari berbagai perguruan tinggi Islam terkemuka, baik dalam

negeri maupun luar negeri, seperti Universitas Al-Azhar Mesir, Universitas Al-Ahgaff Yaman, Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari, dan berbagai pondok pesantren besar di Indonesia.

Untuk mendukung kegiatan belajar-mengajar, pesantren juga melengkapi berbagai fasilitas, di antaranya:

- a. Masjid dan mushalla sebagai pusat kegiatan ibadah dan pengajian.
- b. Asrama santri putra dan putri dengan lingkungan yang kondusif.
- c. Sekolah dengan sistem pendidikan modern yang memadukan ilmu agama dan umum, perpustakaan dan laboratorium untuk menunjang pembelajaran.
- d. Dapur umum dan fasilitas kebersihan untuk memenuhi kebutuhan santri.

Saat ini, Pondok Pesantren Manba'ul Ulum terus berkembang dan berkomitmen untuk mencetak generasi Muslim yang *faqih fid-dien* (berpemahaman agama yang baik), berakhlak karimah, serta memiliki jiwa keikhlasan, kemandirian, dan kesederhanaan. Dengan sistem pendidikan yang terus diperbarui dan didukung oleh lingkungan pesantren yang disiplin serta penuh dengan nilai-nilai keislaman, pesantren ini menjadi salah satu pusat pendidikan Islam yang berpengaruh di Kalimantan Selatan.

### **3. Visi, Misi dan Tujuan Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin**

#### **a. Visi Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin**

Mencetak generasi Muslim yang:

- 1) Beriman, bertakwa, berilmu, dan berakhlak mulia.
- 2) Berwawasan luas dan siap menghadapi tantangan zaman.

- 3) Berkontribusi bagi umat, bangsa, dan negara.

**b. Misi Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin**

- 1) Menyelenggarakan pendidikan Islam yang mendalam melalui studi tafsir, hadits, fikih, serta kajian kitab klasik dan modern.
- 2) Membentuk karakter melalui nilai keikhlasan, kemandirian, kesederhanaan, ukhuwah, dan kepedulian sosial.
- 3) Mengembangkan keterampilan akademik, sosial, dan kepemimpinan.
- 4) Menerapkan sistem pendidikan salafiyah dan modern berbasis talaqqi, diskusi, dan teknologi.
- 5) Menjalin kerja sama nasional dan internasional.
- 6) Menanamkan jiwa kepemimpinan dan tanggung jawab sosial.
- 7) Membekali santri dengan Bahasa Arab dan Inggris.
- 8) Menyelenggarakan program Tahfidzul Qur'an.
- 9) Menciptakan lingkungan belajar yang kondusif.

**c. Tujuan Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin**

- 1) Mencetak lulusan berkarakter Islami dan tangguh secara moral spiritual.
- 2) Menjadikan santri sebagai dai, ulama, dan pendidik yang aplikatif.
- 3) Mengembangkan potensi akademik, sosial, dan kepemimpinan.
- 4) Membentuk pribadi mandiri dan produktif.
- 5) Menumbuhkan cinta tanah air dengan semangat kebangsaan.
- 6) Menjadi pesantren unggulan dan inovatif di Kalimantan Selatan.
- 7) Mendorong semangat dakwah dan syiar Islam.

- 8) Menjaga nilai tradisional dalam sistem pendidikan yang adaptif.
- 9) Mewujudkan komunitas pesantren yang harmonis dan disiplin.

Pondok Pesantren Manba'ul Ulum menjamin kualitas pendidikan melalui kurikulum terpadu yang menggabungkan salafiyah, modern, dan nasional. Proses belajar mengajar menggunakan metode efektif seperti *talaqqi* (pembelajaran langsung), diskusi kitab, dan teknologi pembelajaran. Santri dibekali kemampuan Bahasa Arab dan Inggris secara intensif, serta program tahfidzul Qur'an yang disesuaikan dengan kemampuan masing-masing. Pembentukan karakter ditekankan melalui nilai keikhlasan, kesederhanaan, kedisiplinan, dan adab, didukung oleh lingkungan Islami yang penuh kegiatan ibadah. Tenaga pendidik berasal dari universitas dan pesantren ternama, serta santri dilatih untuk mandiri, baik dalam kehidupan sehari-hari maupun secara produktif. Kepemimpinan diasah melalui organisasi santri (OSMU), dan fasilitas lengkap seperti masjid, kelas, perpustakaan, laboratorium, serta asrama yang nyaman tersedia. Lingkungan pesantren yang asri, aman, dan terpantau mendukung proses pembelajaran. Santri juga dibina dalam keterampilan seperti kaligrafi, pidato, karya ilmiah, dan kewirausahaan, serta pelatihan dakwah dan retorika. Beragam kegiatan ekstrakurikuler islami turut memperkaya pengalaman belajar. Lulusan dipersiapkan menjadi ulama, pendidik, dai, dan profesional, serta terhubung melalui jaringan alumni aktif dalam dakwah dan pengabdian masyarakat

Dengan jaminan kualitas ini, Pondok Pesantren Manba'ul Ulum memastikan bahwa setiap santri tidak hanya memperoleh ilmu agama, tetapi juga

siap menjadi pribadi yang mandiri, berakhlak mulia, dan berkontribusi bagi masyarakat, bangsa, dan agama.

Pelaksanaan Pendidikan di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Pondok Pesantren Manba'ul Ulum menerapkan sistem pendidikan berbasis modern yang mengintegrasikan pendidikan formal dan informal. Kurikulum yang diterapkan menggabungkan pembelajaran ilmu agama berbasis kitab kuning dengan ilmu umum sesuai kurikulum nasional. Pendidikan di pesantren ini berlangsung secara intensif dengan sistem pembelajaran berasrama yang memungkinkan santri mendapatkan pendidikan secara menyeluruh dalam lingkungan yang Islami dan kondusif.

Pendidikan informal di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum berfokus pada penguasaan kitab kuning dan pendalaman bahasa Arab. Setiap pagi, mulai pukul 08.00 hingga 09.00, santri mengikuti pembelajaran kitab kuning yang mencakup berbagai disiplin ilmu keislaman, seperti Nahwu, Sharaf, Qawaid, Ushul Fikih, dan Akhlak. Setelah itu, santri melaksanakan kegiatan khusus untuk meningkatkan keterampilan bahasa Arab. Pada hari Senin hingga Rabu, santri mempelajari mufradat atau hafalan kosakata bahasa Arab, sedangkan pada hari Kamis hingga Sabtu, santri mengikuti pelatihan percakapan bahasa Arab (muhadatsah) yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan komunikasi santri dalam bahasa tersebut.

Setelah kegiatan pembelajaran kitab kuning dan bahasa Arab, santri melanjutkan pendidikan formal yang dimulai dari pukul 13.00 sampai 16.00. Dalam sesi ini, santri mempelajari mata pelajaran umum seperti Matematika, Ilmu

Pengetahuan Alam (IPA), Bahasa Indonesia, dan Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS). Pendidikan formal ini dirancang agar santri memiliki bekal ilmu pengetahuan yang seimbang antara wawasan keislaman dan ilmu umum.

Selain pendidikan formal dan informal, santri juga mengikuti berbagai kegiatan yang mendukung penguatan spiritual dan karakter santri. Setelah shalat Ashar, santri mendapatkan waktu istirahat, makan sore, dan kegiatan pribadi sebelum kembali melaksanakan tadarus Al-Qur'an pada pukul 17.30 hingga menjelang Magrib. Setelah shalat Magrib berjamaah, santri mengikuti halaqah Al-Qur'an dan pengajian kitab hingga menjelang shalat Isya. Kegiatan malam dilanjutkan dengan shalat Isya berjamaah, shalat Witir, serta makan malam, sebelum akhirnya para santri beristirahat untuk tidur malam.

Rutinitas di pondok dimulai kembali pada pukul 05.00 pagi, di mana santri bangun dan melaksanakan shalat Subuh berjamaah. Setelah itu, santri mengikuti berbagai kegiatan pagi, seperti tilawah Al-Qur'an, shalat Dhuha, serta persiapan sarapan sebelum memulai kembali sesi pembelajaran formal dan informal. Dengan sistem pendidikan yang terpadu, disiplin, dan berbasis asrama, Pondok Pesantren Manba'ul Ulum memastikan bahwa para santri tidak hanya memiliki pemahaman agama yang kuat, tetapi juga keterampilan akademik dan sosial yang dapat menjadi bekal dalam kehidupan santri di masa depan.

#### **4. Data Guru Pondok Pesantren Manba'ul Ulum 2023-2024**

Tabel 4.1 Data Guru Pondok Pesantren Manba'ul Ulum 2023-2024

<b>No.</b>	<b>Nama</b>	<b>Pendidikan</b>
1.	H.M.Ghazali Mukeri,Lc	Universitas Al-Azhar Kairo Mesir
2.	H.M.Shalahuddin Mukeri,Lc	Universitas Al-Azhar Kairo Mesir
3.	Fikrul Ilmi ,SHI	STIQ Jakarta

No.	Nama	Pendidikan
4.	H.Asmani Anshari,Lc	Universitas Al-Azhar Kairo Mesir
5.	H.Abdurrahman Siddiq,Lc	Universitas Al-Azhar Kairo Mesir
6.	H.Ayaturrahman Jailani	Universitas Al-Azhar Kairo Mesir
7.	Drs. H.M.Mawardi	IAIN Antasari
8.	H.Mansyah	Ponpes Al-Falah Banjarbaru
9.	H.M.Yamani	Ponpes Darurrahman Jakarta
10.	Misran Masykur	Ponpes Darussalam Martapura
11.	Abdul Lathif	Ponpes Datu Kelampayan Bangil
12.	M.Yusuf Ardabily	Ponpes Dalwa Bangil pasuruan
13.	H.M.Badaruzzaman,Lc.	Universitas Al-Ahcaff Yaman
14.	H.Yasir, BA	Universitas Antar Bangsa Malaysia
15.	H.Ahmad Syaubar	Rubath Yaman
16.	H.Ahmad Amin Mukeri	Ponpes Tahfidz Yanbu'ul Qur'an Kudus
17.	Ahmad Fauzi Misran,S.PdI	UIN Antasari
18.	Abdullah, SH	Universitas Darussalam Gontor
19.	Ibnu Attaillah	Ponpes Darussalam Martapura
20.	Ilham Syadid	Darul Musthafa Yaman
21.	Muhammad Amin Hafidzi	Ponpes Smeh Martapura
22.	M.Abdul Khair, SH	UIN Antasari
23.	Muhammad Yusuf, S.Pd	UIN Antasari
24.	Zaya Rizqi	PP. Manba'ul 'Ulum
25.	M.Rizqi Khairullah	PP. Manba'ul 'Ulum

### 5. Data Santri Putra Tingkat Wustha Tahun 2023-2024

Tabel 4.2 Data Santri Putra Tingkat Wustha Tahun 2023-2024

No.	Tingkat	Kelas	Jumlah
1.	Wustha / Menengah Pertama	I	86
2.	Wustha / Menengah Pertama	II	83
3.	Wustha / Menengah Pertama	III	101
		Jumlah	270

### 6. Data Santri Putra Tingkat Ulya Tahun 2023-2024

Tabel 4.3 Data Santri Putra Tingkat Ulya Tahun 2023-2024

No.	Tingkat	Kelas	Jumlah
1.	Ulya / Menengah Atas	I	46
2.	Ulya / Menengah Atas	II	31
3.	Ulya / Menengah Atas	III	26
		Jumlah	103

	Total	373
--	-------	-----

## 7. Ekstrakurikuler

Tabel 4.4 Ekstrakurikuler

1.	Habsy	6.	Sepak Bola
2.	Silat	7.	Pramuka
3.	Kaligrafi	8.	Tilawah
4.	Tahfiz	9.	Volly
5.	Badminton		

Letak geografis ruang konseling di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum sangat strategis dan mudah dijangkau oleh santri yang membutuhkan bimbingan dan konseling. Ruangan ini dilengkapi dengan sarana dan prasarana yang mendukung kenyamanan selama sesi konseling, seperti kursi, sofa, kipas angin, serta air minum yang tersedia bagi santri. Dengan fasilitas yang memadai, ruang konseling ini dirancang untuk menciptakan suasana yang kondusif dan menenangkan bagi santri yang sedang menghadapi permasalahan. Selain itu, tenaga pendidik yang berperan dalam proses konseling meliputi pimpinan pondok, ustaz, serta ketua kamar yang turut memberikan bimbingan dan dukungan emosional kepada santri. Kehadiran santri membantu memastikan bahwa santri mendapatkan perhatian serta solusi terbaik dalam mengatasi permasalahan yang santri hadapi.

Berdasarkan data mengenai deskripsi umum lokasi penelitian, dapat disimpulkan bahwa Pondok Pesantren Manba'ul Ulum merupakan salah satu pondok pesantren modern di Banjarmasin yang berkomitmen dalam memberikan jaminan kualitas bagi peserta didik. Pesantren ini menerapkan berbagai program pembiasaan yang mendukung pembentukan karakter santri serta didukung oleh tenaga pendidik yang profesional dalam membimbing dan mengajar. Selain itu,

lokasi pesantren yang strategis memudahkan akses bagi santri dan tenaga kependidikan. Fasilitas yang tersedia di pesantren juga sangat memadai, mulai dari sarana belajar, asrama yang nyaman, hingga berbagai kegiatan ekstrakurikuler yang dirancang untuk menunjang perkembangan akademik dan non-akademik peserta didik. Dengan berbagai keunggulan tersebut, Pondok Pesantren Manba'ul Ulum menjadi pilihan yang tepat bagi santri yang ingin mendapatkan pendidikan berkualitas dalam lingkungan yang kondusif dan modern.

## **B. Penyajian Data**

### **1. Penerapan Strategi *Coping* bagi Santri Yang Mengalami *Homesick* di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin Kalimantan Selatan.**

Penerapan strategi *coping* bagi santri yang mengalami *homesick* di pondok pesantren merupakan suatu proses yang berkesinambungan dan memerlukan tahapan yang matang agar mencapai hasil yang diharapkan. Strategi ini mencakup berbagai pendekatan, seperti bimbingan, pendampingan, serta kebijakan yang bertujuan untuk membantu santri beradaptasi dengan lingkungan pesantren. Selanjutnya, penerapan strategi ini dievaluasi secara berkala untuk mengetahui sejauh mana tujuan telah tercapai, faktor-faktor yang mendukung keberhasilannya, serta hambatan yang muncul dalam proses adaptasi santri. Selain itu, upaya perbaikan terus dilaksanakan untuk mengatasi berbagai kendala sehingga strategi *coping* dapat berjalan lebih efektif dalam mendukung kesejahteraan psikologis santri di pesantren.

Adapun berdasarkan hasil observasi penulis di pondok pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin terdapat sarana dan prasarana pendukung seperti: ruang BK, buku tamu, meja, kursi, air minum, dan kipas angin.

Gambaran Penerapan strategi *coping* bagi santri yang mengalami *homesick* di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin Kalimantan Selatan. Penerapan strategi *coping* bagi santri yang mengalami *homesick* di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum dilaksanakan melalui program Matsaba, yaitu masa pengenalan selama 10 hari yang membantu santri beradaptasi dengan lingkungan pesantren. Kebijakan komunikasi dengan keluarga diterapkan secara bertahap untuk membentuk kemandirian santri, sementara pendampingan dilaksanakan oleh ketua kamar dan dievaluasi oleh pimpinan pondok. Faktor pendukungnya meliputi dukungan teman, motivasi ustaz dan orang tua, serta hiburan seperti nonton bareng. Hambatan utama adalah santri yang kurang terbuka terhadap masalah pribadinya. Melalui evaluasi berkala, pesantren terus mengoptimalkan strategi ini agar santri dapat beradaptasi dengan baik.<sup>1</sup>

Berdasarkan hasil wawancara, penerapan strategi *coping* bagi santri yang mengalami *homesick* di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum dilaksanakan melalui program pengenalan, pendampingan, serta kebijakan komunikasi yang bertahap. Faktor pendukung keberhasilan strategi ini meliputi lingkungan yang kondusif, dukungan dari teman, motivasi dari ustaz dan orang tua, serta berbagai kegiatan yang menciptakan kenyamanan bagi santri. Namun, hambatan utama yang dihadapi adalah santri yang kurang terbuka terhadap masalah pribadinya, sehingga mempersulit proses pendampingan. Dengan evaluasi dan pendekatan yang berkelanjutan, pesantren terus berupaya meningkatkan efektivitas strategi *coping* agar santri dapat beradaptasi dengan baik dan merasa nyaman selama mondok.

Hasil wawancara ini juga di dukung dengan hasil wawancara dengan beberapa santri yaitu sebagai berikut :

---

<sup>1</sup> H.M.G.M,Lc, Wawancara dengan pimpinan pondok, 15 Februari 2025.

"Kalau ada santri yang kangen rumah, biasanya santri bisa curhat ke ketua kamar. Program ini memang dibuat agar kami punya tempat berbagi cerita, jadi rasa *homesick* bisa sedikit berkurang."<sup>2</sup>

"Pondok menyediakan waktu khusus untuk menelepon keluarga. Dengan bisa mendengar suara orang tua, rasa rindu ke rumah jadi lebih terobati."<sup>3</sup>

"Ada program untuk santri baru, namanya Matsaba. Di sana kami ikut berbagai lomba dan kegiatan seru, jadi rasa kangen rumah hilang karena sibuk menikmati suasana pondok."<sup>4</sup>

"Di pesantren, kami sering diajak mengikuti kegiatan keagamaan dan belajar bersama dalam kelompok. Dengan banyaknya aktivitas, kami jadi lebih fokus dan perlahan lupa dengan rasa rindu rumah."<sup>5</sup>

"Sama seperti jawabannya Saifullah yaitu adanya program untuk santri baru, namanya Matsaba. Di sana kami ikut berbagai lomba dan kegiatan seru, jadi rasa kangen rumah hilang karena sibuk menikmati suasana pondok."<sup>6</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dengan pimpinan Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin penulis menjabarkan bahwa informasi yang disampaikan pimpinan pondok mengenai penerapan strategi *coping* bagi santri yang mengalami *homesick* di pondok pesantren diterapkan dari santri awal masuk dengan adanya program yaitu program perkenalan dan adaptasi (Matsaba), pendampingan oleh ketua kamar, serta kebijakan komunikasi bertahap dengan keluarga. Program Matsaba membantu santri baru beradaptasi melalui berbagai kegiatan seru, sementara pendampingan oleh ketua kamar memberikan ruang curhat bagi santri yang merasa *homesick*. Selain itu, kebijakan komunikasi bertahap memungkinkan santri tetap terhubung dengan keluarga sambil membangun kemandirian.

---

<sup>2</sup> A,B,Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

<sup>3</sup> J,F, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

<sup>4</sup> S, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

<sup>5</sup> F,M, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

<sup>6</sup> S,R, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

Bagaimana kebijakan pesantren terkait komunikasi santri dengan keluarga

Kami dari pihak pondok punya aturan kunjungan yang bertahap supaya anak-anak bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan pondok. Untuk bulan pertama, orang tua boleh menjenguk anaknya sebanyak empat kali dalam sebulan. Di bulan kedua, hanya dua kali sebulan. Nah, kalau sudah masuk bulan keempat dan seterusnya, cukup satu kali saja dalam sebulan. Ini supaya anak-anak tidak terlalu sering pulang atau dijenguk, biar santri bisa lebih mandiri dan fokus mondok. Tapi kalau anak sakit, orang tua tetap kami izinkan datang dan anak juga langsung kami bantu untuk berobat sesuai kebutuhan<sup>7</sup>

Berdasarkan hasil wawancara di atas penulis dapat menyimpulkan bahwa bahwa terdapat kebijakan bertahap terkait kunjungan orang tua untuk mendukung adaptasi santri di lingkungan pesantren. Pada bulan pertama, santri boleh dijenguk empat kali, bulan kedua dua kali, dan setelah bulan keempat hanya satu kali dalam sebulan. Kebijakan ini bertujuan agar santri lebih mandiri dan fokus dalam kegiatan pesantren. Namun, jika santri sakit, orang tua tetap diperbolehkan datang dan santri akan diberi izin berobat sesuai kebutuhan.

Hasil wawancara ini juga di dukung dengan pernyataan dari beberapa santri.

Awal-awal mondok memang masih sering dijenguk, seminggu sekali, tapi lama-lama jadi sebulan sekali. Katanya biar kami bisa mandiri dan enggak terlalu tergantung sama orang tua. Sekarang penulis malah jadi terbiasa dan lebih nyaman di pondok.<sup>8</sup>

Waktu awal masuk, penulis kangen banget sama rumah, tapi karena dijelaskan kalau nanti bakal terbiasa, akhirnya penulis ngerti. Sekarang sih udah biasa, malah kalau dijenguk terlalu sering jadi nggak fokus ngaji. Jadwal kunjungan yang dikasih pondok ternyata ngebantu penulis lebih disiplin.<sup>9</sup>

Dulu pas bulan pertama, orang tua penulis sering banget datang, tapi lama-lama penulis ngerti kenapa dibatasi. Soalnya kalau terlalu sering

---

<sup>7</sup> H.M.GM,Lc, Wawancara dengan pimpinan pondok, 15 Februari 2025.

<sup>8</sup> AB, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

<sup>9</sup> JH, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

dijenguk, rasanya jadi pengen pulang terus. Sekarang penulis lebih fokus belajar dan lebih kuat juga.<sup>10</sup>

Kalau sakit, biasanya ustaz langsung bantuin ke klinik pondok. Penulis pernah demam tinggi, terus ustaz langsung bawa ke periksa. Orang tua juga dikabarin, dan boleh datang nengok. Jadi walaupun jarang ketemu, kami tetap dijaga banget di sini.<sup>11</sup>

Kebijakan kunjungan ini awalnya bikin penulis sedih karena penulis anak pertama yang mondok. Tapi setelah dijalanin, penulis sadar ini baik buat penulis. Penulis jadi lebih berani, lebih bisa atur waktu, dan nggak terlalu tergantung sama keluarga di rumah.<sup>12</sup>

Penulis menyimpulkan bahwa Pondok Pesantren menerapkan kebijakan kunjungan orang tua secara bertahap untuk mendukung proses adaptasi dan kemandirian santri. Pada bulan pertama, santri boleh dijenguk empat kali, bulan kedua dua kali, dan setelah bulan keempat hanya satu kali dalam sebulan. Kebijakan ini bertujuan agar santri lebih fokus dan tidak terlalu bergantung pada keluarga. Dalam kondisi sakit, santri tetap mendapat pendampingan dari pondok dan orang tua diperbolehkan menjenguk. Pernyataan para santri mendukung kebijakan ini, menunjukkan bahwa meskipun awalnya sulit, santri akhirnya mampu beradaptasi dan merasakan manfaatnya.

Adaptasi terhadap lingkungan pesantren tidak selalu mudah bagi sebagian santri, terutama yang baru pertama kali berpisah dari keluarga. Apakah pihak pesantren menyediakan bimbingan atau sesi konseling khusus bagi santri yang mengalami *homesick*?, berikut jawaban dari pengasuh pesantren terkait menyediakan bimbingan atau sesi konseling khusus bagi santri yang mengalami *homesick*.

---

<sup>10</sup> Sh, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

<sup>11</sup> FM, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

<sup>12</sup> SR, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

Telah kami jelaskan di awal bahwa pada masa pengenalan santri baru, kami masukkan bimbingan khusus untuk mengembalikan niat awal santri mondok. Setelah itu, santri kami serahkan kepada ketua kamar yang sudah diberikan amanah untuk membimbing dan menangani santri-santri baru. Setiap akhir pekan, kami melaksanakan evaluasi bersama pimpinan pondok, dan dari situ kami tentukan arahan serta pendekatan yang tepat untuk santri yang mengalami *homesick* atau kesulitan beradaptasi.<sup>13</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengasuh pondok, dapat disimpulkan bahwa pihak pesantren telah menyediakan bimbingan khusus bagi santri baru sebagai upaya awal dalam mengatasi *homesick*. Bimbingan tersebut dilaksanakan sejak masa pengenalan, kemudian dilanjutkan dengan pendampingan oleh ketua kamar yang telah diberi amanah khusus. Evaluasi dilaksanakan secara rutin setiap akhir pekan bersama pimpinan pondok untuk menentukan pendekatan yang sesuai bagi santri yang mengalami kesulitan beradaptasi.

Hasil wawancara ini juga di dukung dengan pernyataan dari beberapa santri yang telah di wawancara oleh penulis .

Di pondok ada program ketua kamar yang berperan sebagai tempat curhat. Jadi kalau ada santri yang merasa kangen rumah, biasanya langsung cerita ke ketua kamar untuk mengurangi rasa *homesick*. Peran ustaz lebih fokus ke pendidikan saja karena santri tidak tinggal di lingkungan pondok. Untuk urusan seperti ini lebih banyak ditangani oleh pengurus.<sup>14</sup>

Pondok menyediakan waktu khusus untuk menelepon orang tua, jadi bisa mengobrol dan mengobati rasa rindu ke rumah. Selain itu, ada juga ustaz yang kadang menceritakan pengalaman beliau selama mondok, lalu memberi motivasi supaya kami lebih semangat dan tidak terlalu kangen rumah.<sup>15</sup>

Ada program santri baru, namanya Matsaba. Waktu ikut program itu, seperti lomba dan kegiatan seru lainnya, rasa kangen rumah jadi hilang sendiri karena sibuk dan senang sama aktivitas di pondok.<sup>16</sup>

---

<sup>13</sup> H.M.GM,Lc, Wawancara dengan pimpinan pondok, 15 Februari 2025.

<sup>14</sup> AB, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

<sup>15</sup> JH, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

<sup>16</sup> Sh, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

Pihak pesantren memberikan bimbingan di awal masa pengenalan untuk meneguhkan kembali niat mondok. Setelah itu, santri dibimbing oleh ketua kamar yang telah diberikan amanah untuk mendampingi santri baru. Evaluasi rutin dilaksanakan setiap akhir pekan oleh pengurus bersama pimpinan untuk menentukan pendekatan yang tepat bagi santri yang masih mengalami *homesick*<sup>17</sup>

Menurut penulis, cara-cara yang sudah dilaksanakan cukup efektif. Tapi kadang izin pulang yang terlalu sebentar justru bisa memperparah rasa *homesick*, karena belum sempat puas bertemu keluarga tapi sudah harus kembali ke pondok<sup>18</sup> Berdasarkan hasil wawancara dengan pengasuh serta beberapa santri, dapat disimpulkan bahwa pesantren telah memiliki strategi dan bimbingan khusus untuk membantu santri mengatasi *homesick*. Bimbingan dilaksanakan sejak masa pengenalan, dilanjutkan dengan pendampingan oleh ketua kamar yang juga berperan sebagai tempat curhat. Evaluasi mingguan bersama pimpinan pondok turut membantu menentukan pendekatan yang sesuai bagi santri yang kesulitan beradaptasi. Selain itu, program kegiatan seperti Matsaba, pemberian waktu untuk berkomunikasi dengan keluarga, serta motivasi dari ustaz juga menjadi bagian dari upaya mengurangi rasa rindu santri terhadap rumah. Secara umum, strategi ini dinilai cukup efektif, meskipun ada beberapa hambatan seperti waktu izin pulang yang terlalu singkat.

## **2. Faktor Pendukung dan Penghambat Penerapan Strategi *Coping* bagi Santri Yang Mengalami *Homesick* Di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin Kalimantan Selatan.**

Berdasarkan observasi faktor pendukung dan penghambat penerapan strategi *coping* bagi santri yang mengalami *homesick* di Pondok Pesantren

---

<sup>17</sup> FM, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

<sup>18</sup> SR, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

Manba'ul Ulum Banjarmasin Kalimantan Selatan yaitu sebagai berikut untuk faktor pendukung berupa dukungan moril dari ustaz, ketua kamar, dan teman sebaya membantu santri yang mengalami *homesick*. faktor pendukung kedua yaitu sarana dan prasarana yang lengkap seperti kursi, sofa, kipas angin, serta air minum yang tersedia untuk santri. Sedangkan faktor penghambat dalam penerapan strategi *coping* di lingkungan pesantren adalah latar belakang masa lalu santri yang kompleks, serta adanya permasalahan pribadi yang sulit santri ungkapkan. Hal ini membuat sebagian santri cenderung menarik diri dan menunjukkan sikap tertutup selama berada di pondok. Kondisi tersebut menjadi tantangan tersendiri bagi pihak pesantren dan pengurus dalam melaksanakan pendekatan dan pendampingan secara efektif, karena minimnya komunikasi dapat menghambat proses identifikasi kebutuhan emosional dan dukungan yang tepat bagi santri yang bersangkutan

Adapun menurut penulis selaku pimpinan pondok di pondok pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin, yang menjadi faktor pendukung dan faktor penghambat penerapan strategi *coping* bagi santri yang mengalami *homesick* di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin Kalimantan Selatan yaitu sebagai berikut: Sebagai pimpinan Pondok Pesantren Manba'ul 'Ulum, kami memahami bahwa *homesick* adalah hal yang wajar, terutama bagi santri baru. Untuk itu, kami menerapkan berbagai strategi *coping* dengan beberapa faktor pendukung utama.

Pertama, kami memberikan pemahaman awal kepada santri melalui orientasi agar santri mengenal lingkungan pondok dan siap secara mental. Kedua, faktor teman sebaya sangat membantu karena kehidupan di pondok sangat bergantung pada kebersamaan, sehingga santri merasa tidak sendirian. Dukungan

orang tua juga penting. Motivasi dari keluarga, baik melalui surat, kunjungan, atau komunikasi sesuai aturan pondok, memperkuat mental santri. Selain itu, motivasi dari para ustaz yang juga berperan sebagai pendamping emosional sangat berpengaruh, khususnya melalui pendekatan personal terhadap santri yang terlihat kesulitan. Kami juga menyediakan hiburan sehat seperti nonton bareng, olahraga, dan kegiatan seni untuk mengurangi kejenuhan. Terakhir, lokasi pondok yang jauh dari pemukiman masyarakat turut mendukung, karena santri lebih fokus dan tidak mudah terpengaruh lingkungan luar.

Beberapa hambatan yang kami hadapi antara lain latar belakang santri yang beragam. Ada yang berasal dari keluarga kurang harmonis atau memiliki pengalaman traumatis, sehingga butuh pendekatan khusus. Selain itu, ada santri yang sulit terbuka dengan masalah pribadinya. Santri cenderung diam dan memendam perasaan, yang bisa berdampak pada penurunan semangat belajar atau menarik diri dari lingkungan. Untuk mengatasi hal ini, kami memperkuat pendekatan personal melalui guru pembimbing, membangun budaya keterbukaan, serta mengembangkan layanan konseling keagamaan. Namun tentu saja, semua proses ini memerlukan waktu dan kerja sama dari seluruh elemen pondok.<sup>19</sup>

Adapun faktor pendukung strategi *coping* bagi santri yang mengalami *homesick* di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum meliputi orientasi awal, dukungan teman sebaya, peran ustaz, komunikasi dengan keluarga, kegiatan hiburan, serta lingkungan pondok yang kondusif. Adapun faktor penghambatnya adalah latar belakang santri yang kompleks serta kecenderungan sebagian santri untuk menutup diri terhadap masalah pribadinya.

---

<sup>19</sup> H.M.GM,Lc, Wawancara dengan pimpinan pondok, 20 Februari 2025.

Sedangkan menurut ustaz Muhammad Amin Hafidzi selaku pengurus dan guru di Pondok Pesantren Maba'ul Ulum Banjarmasin mengungkapkan sebagai berikut:

Sebagai pengurus santri di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin, penulis melihat bahwa *homesick* adalah hal yang wajar, terutama bagi santri baru. Untuk membantu santri beradaptasi, kami menerapkan strategi  *coping*  seperti orientasi awal untuk mengenalkan lingkungan pondok, membangun kebersamaan antar teman sebaya, serta menjaga komunikasi santri dengan keluarga melalui surat, kunjungan, atau media lain sesuai aturan pondok. Para ustaz juga berperan sebagai pendamping emosional, melaksanakan pendekatan personal, serta menyediakan hiburan sehat seperti olahraga, nonton bareng, dan kegiatan seni. Letak pondok yang jauh dari pemukiman turut membantu santri lebih fokus dan tidak mudah terpengaruh oleh lingkungan luar. Meski begitu, kami juga menghadapi beberapa hambatan, seperti latar belakang santri yang beragam, termasuk yang berasal dari keluarga kurang harmonis atau memiliki pengalaman traumatis. Ada pula santri yang tertutup dan cenderung memendam masalahnya sendiri. Untuk itu, kami memperkuat pendekatan personal melalui guru pembimbing, mendorong budaya keterbukaan, serta mengembangkan layanan konseling keagamaan. Semua ini membutuhkan proses, kesabaran, dan kerja sama dari seluruh elemen pondok.<sup>20</sup>

Wawancara ini juga diungkapkan oleh beberapa santri yang telah penulis wawancara sebagai berikut :

Penulis merasa teman sebaya sangat membantu dalam menghadapi *homesick*, karena kami saling menyabari dan menguatkan satu sama lain saat sedang merasa rindu rumah. Namun, penulis melihat peran ustaz lebih terbatas karena santri tidak tinggal di lingkungan pondok, sehingga pembinaan emosional lebih banyak dilakukan oleh pengurus. Hambatan lain yang penulis alami adalah kesulitan dalam menghubungi orang tua karena harus mengantri lama untuk menelepon, ditambah orang tua penulis sering sibuk dan tidak bisa menjenguk.<sup>21</sup>

Dalam menghadapi *homesick*, teman-teman banyak membantu penulis dengan cara bercanda dan mencairkan suasana agar penulis tidak terlalu memikirkan rumah. Penulis juga merasa terbantu saat ustaz membagikan cerita pengalaman santri saat mondok, yang disertai dengan motivasi agar kami tetap semangat. Hambatan yang penulis rasakan adalah

---

<sup>20</sup> MAH, Wawancara dengan pengurus pondok, 20 Februari 2025.

<sup>21</sup> AB, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

ketika melihat teman lain dijenguk oleh orang tuanya, sedangkan penulis tidak, sehingga rasa rindunya jadi bertambah<sup>22</sup>

Penulis lebih suka mengalihkan pikiran dari rasa rindu dengan bermain bersama teman, seperti olahraga atau aktivitas lain. Penulis juga sering meminta nasihat dari teman agar penulis tidak lupa dengan tujuan awal mondok, dan itu membuat penulis termotivasi kembali. Hambatan yang penulis alami adalah saat uang penulis habis dan ketika melihat teman dijenguk orang tuanya, sementara penulis tidak, sehingga perasaan ingin pulang semakin besar<sup>23</sup>

Penulis merasa menyibukkan diri dengan berbagai kegiatan seperti main bola sangat efektif dalam mengurangi *homesick*. Selain itu, mengingat kembali alasan dan niat awal penulis mondok membantu penulis untuk tetap bertahan. Namun, ada hambatan seperti kecenderungan untuk memendam perasaan dan tidak terbuka kepada orang lain, sehingga perasaan rindu itu jadi semakin berat jika tidak dibagi.<sup>24</sup>

Bagi penulis, teman sebaya sangat berperan dalam strategi *coping*. Kami sering bercanda dan saling menghibur, itu membuat suasana lebih nyaman. Hambatan yang paling penulis rasakan adalah izin pulang yang terlalu singkat, yang justru membuat rasa *homesick* semakin dalam setelah kembali ke pondok. Selain itu, akses komunikasi yang terbatas dan kurangnya waktu pribadi juga menjadi kendala dalam proses adaptasi<sup>25</sup>

Berdasarkan observasi dan wawancara dengan pimpinan, pengurus, dan santri Pondok Pesantren dapat ditarik Kesimpulan bahwa strategi *coping* dalam menghadapi *homesick* didukung oleh beberapa faktor, seperti adanya orientasi awal, dukungan teman sebaya, peran ustaz dan pengurus dalam memberikan motivasi, serta kegiatan hiburan yang positif. Sarana prasarana yang memadai dan letak pondok yang jauh dari pemukiman juga membantu santri untuk lebih fokus dan cepat beradaptasi. Namun, terdapat beberapa hambatan, seperti latar belakang santri yang kompleks, kecenderungan menutup diri, kesulitan komunikasi dengan

---

<sup>22</sup> JH, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

<sup>23</sup> Sh, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

<sup>24</sup> FM, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

<sup>25</sup> SRV, Wawancara dengan santri, 15 Februari 2025.

keluarga karena aturan pondok, serta rasa iri terhadap teman yang mendapat kunjungan. Hal ini menjadi tantangan tersendiri bagi pengurus dan ustaz dalam memberikan pendampingan emosional secara personal. Dengan kerja sama semua pihak, strategi *coping* dinilai cukup efektif namun tetap perlu penguatan khususnya dalam layanan konseling dan pendekatan individu terhadap santri yang kesulitan beradaptasi.

### **C. Pembahasan**

#### **1. Penerapan Strategi *Coping* bagi Santri yang Mengalami *Homesick* di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin Kalimantan Selatan**

Pembahasan dalam sebuah penelitian adalah bagian yang menginterpretasikan hasil penelitian, menghubungkannya dengan teori atau literatur yang ada, serta menjelaskan makna dari temuan tersebut. Pada bagian ini, penulis menganalisis dan mendiskusikan data yang diperoleh, membandingkannya dengan penelitian sebelumnya, serta memberikan penjelasan tentang keterbatasan atau tantangan yang dihadapi selama proses penelitian. Pembahasan bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih dalam terkait hasil yang ditemukan dan memberikan saran atau rekomendasi untuk penelitian lebih lanjut.<sup>26</sup>

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi yang dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa Pondok Pesantren Manba'ul Ulum telah mengimplementasikan berbagai strategi *coping* untuk membantu santri yang mengalami *homesick*, terutama pada awal masa tinggal santri di lingkungan

---

<sup>26</sup> Creswell, J. W. *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. 4th ed. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, 2014.

pesantren. Strategi *coping* ini memiliki dua pendekatan utama, yaitu *emotion-focused coping* dan *problem focused coping* yang dijalankan secara terintegrasi dalam berbagai program yang ada di pondok pesantren.<sup>27</sup>

Salah satu program yang menjadi strategi utama dalam membantu santri beradaptasi adalah program Masa Ta'aruf Santri Baru (Matsaba). Program ini berlangsung selama sepuluh hari dan dirancang untuk membantu santri baru beradaptasi dengan kehidupan pesantren, terutama dalam mengatasi rasa *homesick* yang muncul pada masa-masa awal. Dalam program ini, santri baru terlibat dalam berbagai aktivitas seperti lomba, permainan, serta kegiatan keagamaan yang memiliki tujuan untuk membangun semangat, kebersamaan, dan keterikatan antara santri satu dengan yang lainnya. Berdasarkan wawancara dengan beberapa santri, kegiatan-kegiatan tersebut terbukti efektif dalam mengurangi rasa kangen terhadap rumah, karena santri menjadi sibuk dengan berbagai aktivitas yang mengalihkan perhatian santri dari perasaan rindu. Program Matsaba ini dapat dipandang sebagai bentuk *emotion-focused coping* karena berfokus pada pengalihan perhatian santri dari stres emosional dengan cara yang menyenangkan dan membangun ikatan sosial yang positif. Hal ini sesuai dengan teori Lazarus dan Folkman (1984), yang menyatakan bahwa pengalihan perhatian melalui kegiatan sosial dan hiburan dapat membantu mengurangi kecemasan dan stres emosional.<sup>28</sup>

---

<sup>27</sup> Tirtha Segoro, "Strategi Coping Santri dalam Menghadapi Stres Akademik di Pondok Pesantren," *Jurnal Konseling Pendidikan*, diakses 17 April 2025, <https://jurnal.ucy.ac.id/index.php/fkip/article/view/122>.

<sup>28</sup> R. S. Lazarus dan S. Folkman, *Stress, Appraisal, and Coping* (New York: Springer Publishing Company, 1980).

Selain program Matsaba, pendampingan oleh ketua kamar juga merupakan salah satu strategi *coping* yang penting dalam mendukung santri yang merasa *homesick*. Ketua kamar berperan sebagai teman curhat dan pembimbing informal yang dapat diakses kapan saja oleh santri yang merasa kesepian atau rindu rumah. Hal ini sejalan dengan konsep *emotion-focused coping*, di mana santri diberikan dukungan emosional untuk mengurangi stres yang berkaitan dengan perasaan terasing dan kesepian. Ketua kamar menjadi figur penting yang menyediakan ruang aman bagi santri untuk berbicara tentang perasaan santri, dan ini membantu santri untuk meredakan ketegangan emosional yang disebabkan oleh *homesick*. Penelitian sebelumnya oleh Sarafino & Smith (2014) juga menunjukkan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya atau figur yang dapat dipercaya memiliki peran penting dalam meredakan gejala *homesick* pada remaja yang berada di lingkungan baru.<sup>29</sup>

Dari sisi kebijakan, Pondok Pesantren Manba'ul Ulum menerapkan kebijakan komunikasi yang bertahap dengan keluarga. Pada bulan pertama, santri diizinkan menerima kunjungan sebanyak empat kali, kemudian berkurang menjadi dua kali pada bulan kedua, dan hanya satu kali sebulan pada bulan-bulan berikutnya. Kebijakan ini bertujuan untuk mendorong kemandirian santri secara bertahap tanpa langsung memutuskan hubungan dengan keluarga santri. Dari sudut pandang teori *coping* Lazarus dan Folkman (1984), kebijakan ini merupakan contoh dari *problem-focused coping*, di mana pesantren berusaha mengurangi ketergantungan emosional santri terhadap keluarga dengan cara yang lebih terstruktur dan bertahap. Kebijakan ini memberikan kesempatan kepada santri untuk beradaptasi dengan lingkungan

---

<sup>29</sup> Edward P. Sarafino dan Timothy W. Smith, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, ed. ke-8 (Hoboken, NJ: Wiley, 2014).

pesantren, namun tetap memberikan akses untuk berhubungan dengan keluarga dalam batas-batas yang dapat mendukung proses penyesuaian diri santri.<sup>30</sup>

## **2.Faktor Pendukung dan Penghambat Strategi *Coping* bagi Santri yang Mengalami *Homesick* di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Banjarmasin Kalimantan Selatan**

Dalam pelaksanaan strategi *coping* yang diterapkan di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum, terdapat faktor-faktor yang mendukung sekaligus menghambat efektivitas dari strategi tersebut. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang penulis lakukan, faktor pendukung yang paling dominan adalah keberadaan dukungan sosial dari lingkungan pondok, terutama dari ustaz, ketua kamar, dan teman sebaya. Santri yang mengalami *homesick* merasa lebih terbantu ketika memiliki teman untuk berbagi cerita atau mencurahkan perasaan rindu kepada keluarga, sehingga santri tidak merasa sendirian dalam menghadapi kesulitan emosional tersebut.<sup>31</sup>

Selain dukungan sosial, sarana dan prasarana yang memadai juga menjadi faktor penting. Di lingkungan Pondok Pesantren Manba'ul Ulum, tersedia ruang konseling informal yang nyaman dilengkapi dengan kursi, sofa, kipas angin, dan air minum yang memadai, sehingga membantu terciptanya suasana tenang dalam proses pembinaan emosional santri. Kegiatan hiburan terjadwal seperti olahraga bersama, nonton bareng, dan kegiatan seni juga menjadi stimulus positif untuk membantu santri mengalihkan perhatian dari rasa rindunya kepada keluarga.<sup>32</sup>

---

<sup>30</sup> Shelley E. Taylor, *Health Psychology*, ed. ke-8 (New York: McGraw-Hill, 2012).

<sup>31</sup> Hasil wawancara dengan beberapa santri Pondok Pesantren Manba'ul Ulum, 10 April 2025.

<sup>32</sup> Hasil wawancara dengan santri dan pengurus pondok Pondok Pesantren Manba'ul Ulum, 10 April 2025.

Faktor lain yang juga menjadi pendukung signifikan adalah lokasi pondok yang jauh dari permukiman masyarakat. Kondisi ini membuat santri tidak mudah terdistraksi oleh kehidupan luar pondok dan lebih fokus dalam menjalani kehidupan pesantren. Hal ini juga sejalan dengan strategi *emotion-focused coping*, di mana santri diarahkan untuk membangun ketahanan emosional melalui lingkungan yang mendukung dan minim gangguan eksternal.<sup>33</sup>

Santri yang memiliki latar belakang keluarga kurang harmonis atau mengalami pengalaman traumatis memang memerlukan pendekatan khusus. Dalam konteks psikologis, individu dengan trauma masa lalu biasanya mengalami *emotional dysregulation*, yaitu kesulitan dalam mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosinya secara sehat<sup>34</sup>. Hal ini membuat santri cenderung menutup diri dan sulit menerima dukungan sosial secara langsung.

Pendekatan strategi *coping* pada individu dengan trauma membutuhkan sensitivitas lebih tinggi. Menurut Judith Herman, pemulihan trauma memerlukan proses yang panjang dan bertahap, yaitu melalui tiga tahapan utama: *safety* (keamanan), *remembrance and mourning* (mengenang dan meratapi), serta *reconnection* (membangun kembali hubungan sosial)<sup>35</sup>. Jika ketiga tahapan ini tidak dipenuhi dengan baik, maka strategi *coping* yang diterapkan cenderung tidak efektif, karena individu belum memiliki fondasi psikologis yang stabil untuk menerima bantuan dari lingkungan.

---

<sup>33</sup> R. S. Lazarus dan S. Folkman, *Stress, Appraisal, and Coping* (New York: Springer Publishing Company, 1984), 150–153.

<sup>34</sup> Marsha M. Linehan, *Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder* (New York: The Guilford Press, 1993), 69–72.

<sup>35</sup> Judith L. Herman, *Trauma and Recovery* (New York: Basic Books, 1997), 155–174.

Dengan demikian, pengurus dan ustaz di pesantren perlu memahami prinsip-prinsip *trauma-informed care*, yaitu pendekatan yang didasarkan pada pemahaman akan dampak trauma dan pentingnya menciptakan lingkungan yang aman, penuh empati, serta mendorong rasa kontrol dan kepercayaan diri santri. Dalam praktiknya, hal ini dapat dilakukan melalui komunikasi yang penuh perhatian, memberikan ruang aman untuk curhat, serta membina kedekatan tanpa paksaan.

Hambatan lainnya adalah keterbatasan komunikasi antara santri dan keluarga. Meskipun pondok memberikan akses komunikasi, sering kali santri harus menunggu lama untuk dapat menghubungi keluarga melalui telepon. Ada juga orang tua santri yang tidak bisa rutin menjenguk karena alasan pekerjaan atau jarak, sehingga santri merasa kurang mendapatkan dukungan emosional dari keluarganya. Selain itu, beberapa santri juga mengalami perasaan iri ketika melihat teman-teman santri dijenguk oleh orang tua, sementara santri tidak. Hal ini bisa memicu kesedihan mendalam dan memperparah kondisi *homesick*.

Keterbatasan jumlah ustaz yang tinggal di dalam lingkungan pondok juga menjadi kendala dalam pelaksanaan strategi *coping* ini. Sebagaimana diungkapkan oleh beberapa santri, sebagian besar pembinaan emosional dilaksanakan oleh pengurus pondok karena para ustaz tidak tinggal di dalam area pondok secara penuh. Hal ini mengurangi frekuensi interaksi emosional antara santri dan ustaz, yang sebenarnya dapat menjadi sumber dukungan psikologis yang penting.

Untuk mengatasi hambatan tersebut, pihak pesantren berupaya memperkuat pendekatan personal melalui guru pembimbing dan pengurus pondok. Strategi ini dilaksanakan dengan mendorong santri untuk terbuka, membangun budaya

keterbukaan, serta menyediakan layanan konseling keagamaan yang berbasis pada nilai-nilai Islam. Pendekatan ini sejalan dengan pandangan Pendekatan ini sejalan dengan pendapat Lazarus & Folkman yang menekankan pentingnya keberlanjutan proses *coping* melalui dukungan emosional dan lingkungan yang responsif terhadap kondisi individu.<sup>36</sup>

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa strategi *coping* yang diterapkan di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum berjalan cukup efektif berkat adanya kombinasi antara dukungan sosial, fasilitas yang memadai, dan pendekatan emosional yang dilaksanakan secara personal. Namun, untuk mencapai efektivitas yang optimal, perlu dilaksanakan penguatan dalam hal komunikasi, konseling, dan pendekatan individual kepada santri dengan latar belakang khusus, serta peningkatan partisipasi aktif dari semua pihak, baik pengurus, ustaz, maupun orang tua.

---

<sup>36</sup> R. S. Lazarus dan S. Folkman, *Stress, Appraisal, and Coping* (New York: Springer Publishing Company, 1984), 150–155.