

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai “Penerapan Strategi *Coping* bagi Santri yang Mengalami *Homesick* di Pondok Pesantren Manba’ul Ulum Banjarmasin Kalimantan Selatan”, dapat disimpulkan bahwa:

1. Penerapan strategi *coping* bagi santri yang mengalami *homesick* di Pondok Pesantren Manba’ul Ulum dilaksanakan melalui pendekatan integratif yang mencakup *emotion-focused coping* dan *problem-focused coping*. Strategi ini diwujudkan melalui program Masa Ta’aruf Santri Baru (Matsaba), pendampingan oleh ketua kamar, kebijakan komunikasi bertahap dengan keluarga, serta berbagai aktivitas yang mendukung adaptasi emosional santri, seperti kegiatan keagamaan, olahraga, dan hiburan.
2. Faktor pendukung strategi *coping* antara lain: adanya dukungan sosial dari teman sebaya, ustaz, dan pengurus; sarana prasarana yang memadai (seperti ruang konseling informal yang nyaman); lingkungan pondok yang jauh dari pemukiman masyarakat; serta adanya evaluasi rutin oleh pihak pengurus. Dukungan ini secara signifikan membantu santri merasa lebih diterima, aman, dan mampu beradaptasi dengan kehidupan di pondok.

Faktor penghambat dalam penerapan strategi *coping* meliputi latar belakang santri yang kompleks (seperti keluarga yang kurang harmonis atau trauma

masa lalu), kecenderungan santri untuk menutup diri terhadap permasalahan pribadi, keterbatasan komunikasi dengan keluarga, hingga kurangnya intensitas interaksi emosional antara santri dan ustaz yang tidak tinggal di dalam lingkungan pondok.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang didapatkan, maka saran yang dapat penulis sampaikan sebagai berikut:

1. Bagi pihak pondok pesantren, diharapkan untuk terus memperkuat pendekatan personal dalam mendampingi santri yang mengalami *homesick*, terutama dengan memperluas fungsi layanan konseling, melatih ketua kamar dalam keterampilan dasar konseling, serta meningkatkan keterlibatan ustaz dalam pembinaan emosional santri.
2. Bagi guru dan ustaz, sebaiknya tidak hanya fokus pada pembelajaran akademik, tetapi juga turut aktif dalam memberikan motivasi dan perhatian emosional kepada santri. Hal ini dapat dilaksanakan melalui pendekatan informal, seperti sharing pengalaman atau sesi diskusi ringan bersama santri.
3. Bagi orang tua santri, penting untuk memahami bahwa proses adaptasi membutuhkan waktu. Oleh karena itu, orang tua diharapkan tetap memberikan dukungan moral melalui komunikasi yang bijak sesuai aturan pondok, serta menunjukkan kepercayaan kepada anak agar santri mampu tumbuh menjadi pribadi mandiri.

4. Bagi santri, disarankan untuk aktif memanfaatkan berbagai fasilitas yang ada di pondok, termasuk curhat kepada ketua kamar atau mengikuti kegiatan-kegiatan positif untuk mengalihkan rasa rindu kepada keluarga. Membuka diri dan menjalin kedekatan dengan teman sebaya juga merupakan langkah efektif dalam menghadapi *homesick*.
5. Bagi penulis selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan fokus pada efektivitas pendekatan trauma healing atau pendekatan psikologi Islam terhadap santri yang memiliki pengalaman traumatis, agar strategi *coping* yang diterapkan menjadi lebih holistik dan menyentuh berbagai aspek psikologis santri secara mendalam.