

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, disimpulkan bahwa hipotesis diterima yaitu terdapat pengaruh signifikan antara *self-disclosure* terhadap *homesickness* pada santri yang ada di Pondok Pesantren X. Adapun berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini memiliki *Self Disclosure* kategori sedang dengan persentase sebesar 65%. Kemudian mayoritas subjek memiliki *Homesickness* dengan kategori sedang dengan persentase sebesar 60%. *Self-disclosure* mengurangi gejala *homesickness* yang dialami oleh santri. *Self-Disclosure* mengurangi perasaan kesepian dan terisolasi. *Self-disclosure* memungkinkan santri untuk menerima dukungan dari teman sebaya atau pembimbing pesantren yang sangat dibutuhkan dalam menghadapi *homesickness*. *Self-disclosure* memberikan santri wawasan lebih dalam tentang perasaan mereka dan memungkinkan mereka untuk menemukan cara-cara *coping* yang lebih baik dalam mengatasi *homesickness*.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini maka didapatkan saran sebagai berikut:

1. Bagi Para Santri

Penelitian ini diharapkan memberikan wawasan kepada santri mengenai pentingnya *self-disclosure* dengan teman sebaya maupun pembimbing pondok pesantren dalam mengurangi *homesickness*. Santri dapat belajar dan melakukan praktik langsung terkait *self-disclosure* dengan berbicara terbuka bersama teman atau pembimbing di pesantren bukan hanya membantu mereka merasa lebih diterima, tetapi juga memperkuat hubungan sosial mereka. Selain itu, *self-disclosure* yang sehat dapat membantu mereka mengembangkan kepercayaan diri dan kemandirian dalam menghadapi kehidupan di lingkungan baru.

2. Bagi Pesantren

Pesantren disarankan untuk menyediakan waktu komunikasi yang cukup bagi santri, untuk menelepon atau berkirim pesan dengan keluarga. Komunikasi ini dapat membantu santri merasa lebih dekat dengan keluarga mereka dan mengurangi perasaan kesepian yang mengarah pada *homesickness*. Program pembinaan emosional dan psikologis seperti konseling dapat dilakukan untuk mendukung santri dalam mengelola perasaan mereka.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini membuka peluang untuk penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi *homesickness* pada santri, serta peran *self-disclosure* dalam mengatasi perasaan tersebut di lingkungan pesantren sehingga, diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat meneliti lebih lanjut terkait hal ini. Dan juga dapat memperluas studi ini dengan mempertimbangkan faktor lain seperti peran jenis kelamin, usia, budaya, lama waktu menetap di pondok pesantren atau gaya pengasuhan dalam mempengaruhi *self-disclosure* dan *homesickness*.