

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Pendidikan di Indonesia memiliki beragam jenis, mulai dari pendidikan formal hingga pendidikan non-formal. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia tahun 2003 Nomor 20 dalam BAB VI Pasal 14 tentang Sistem Pendidikan Nasional, lembaga pendidikan formal di Indonesia merupakan suatu lembaga pendidikan yang memiliki struktur dan berjenjang dimulai dari pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi. Indonesia juga memiliki lembaga pendidikan yang berbasis keagamaan dan tercantum dalam Undang-Undang Republik Indonesia tahun 2003 Nomor 20 Pasal 30 yang menyatakan bahwa lembaga pendidikan keagamaan merupakan lembaga pendidikan yang memiliki tujuan untuk mempersiapkan individu sebagai anggota masyarakat yang mampu memahami dan mengamalkan nilai-nilai agama. Salah satu lembaga pendidikan keagamaan yang sudah berdiri cukup lama dan tersebar hampir di seluruh wilayah Indonesia adalah lembaga pendidikan islam pondok pesantren.

Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan Islam di Indonesia yang mengaplikasikan berbagai macam ilmu agama Islam serta berperan untuk mendidik para santri dalam hal akhlak dan budi pekerti berbasis sekolah asrama. Pondok pesantren di Indonesia memiliki sejarah yang panjang dan memiliki ciri khas tersendiri dibandingkan dengan pondok pesantren di negara lain (Fitri & Ondeng, 2022). Metode pembelajaran yang digunakan di pondok pesantren merupakan metode pembelajaran klasikal. Pondok pesantren umumnya mengikuti sistem pendidikan nasional, akan tetapi pondok pesantren memiliki karakter serta ciri khas tersendiri dan berbeda dengan sistem pendidikan umum. Selain pelajaran yang diunggulkan adalah agama, di pesantren sebutan untuk peserta didik berbedadengan sekolah pada umumnya, dimana sebutan peserta didik dikenal dengan “Santri” (Haiffahningrum, 2022).

Pondok pesantren yang berbasis sekolah asrama mengharuskan para santrinya untuk pindah dari rumah ke sekolah asrama. Perpindahan tersebut menyebabkan banyak hal yang berubah sehingga membuat para santri perlu menyesuaikan diri dari lingkungan rumah ke lingkungan asrama. Para santri yang umumnya masuk pada usia remaja, memiliki salah satu tugas perkembangannya untuk mampu menyesuaikan dirinya di lingkungan dengan cepat (Putro, 2017). Namun, tugas perkembangan tersebut tentunya dibarengi dengan dukungan dari orang-orang di sekitarnya, misalnya keluarga atau teman-teman yang sudah dimilikinya sejak masih kecil. Akan tetapi, ketika ia masuk sebagai santri pondok pesantren, maka ia tidak memiliki dukungan dari orang-orang tersebut dan perlu membangun dukungan baru dengan orang-orang yang baru. Santri yang terbiasa dengan kehadiran orang tua dan masih bergantung pada orang tua, akan kesulitan untuk melakukan penyesuaian diri dengan kehidupan di lingkungan pesantren, yang umumnya penyesuaian diri berlangsung selama satu tahun pertama kehidupan pesantren berlangsung.

Artinya, penyesuaian diri merupakan hal yang penting bagi santri untuk dapat menciptakan lingkungan yang nyaman bagi dirinya. Apabila santri kurang mampu menyesuaikan diri di lingkungan pondok pesantren, maka kemungkinan yang akan terjadi adalah terciptanya lingkungan yang kurang nyaman bagi dirinya dan dapat menyebabkan santri menjadi menutup diri. Penyesuaian diri sendiri merupakan proses membangun relasi yang memuaskan diantara individu dan lingkungannya. Dalam melakukan penyesuaian diri, diperlukan perilaku adaptif yang baik dimana individu mampu beradaptasi dengan baik ketika ia mampu menyeimbangkan antara kebutuhan pribadinya dan juga tuntutan dari lingkungan di sekitarnya (Mariska, 2018). Kemampuan beradaptasi santri atau berhubungan erat dengan keterbukaan para santri. Artinya, bagaimana santri dapat beradaptasi mempengaruhi bagaimana keterbukaan para santri kepada lingkungan disekitarnya tentang perasaan atau pemikiran yang ia miliki.

Santri yang tinggal di pesantren umumnya berusia 12-15 tahun yang dikategorikan ke dalam tahap remaja. Perkembangan emosional remaja menjadi



aspek penting dalam kehidupan santri. Perkembangan emosional santri usia 13-15 tahun sangat berpengaruh terhadap perasaan homesickness yang mereka alami ketika tinggal di pondok pesantren. Pada masa remaja mulai mengalami perubahan emosi yang lebih intens dan bergejolak. Mereka mulai mencari identitas diri dan mencoba memahami perasaan serta hubungan sosial mereka. Di pondok pesantren, perpisahan dengan keluarga dan teman-teman, serta kehidupan yang lebih disiplin dan terstruktur, sering kali menyebabkan perasaan homesickness, kesepian, atau bahkan stres. Perasaan terisolasi atau kesulitan dalam beradaptasi juga dapat memperburuk kondisi emosional mereka. Perasaan tersebut biasanya muncul ketika santri harus beradaptasi dengan lingkungan pesantren yang penuh dengan aturan dan ritme kehidupan yang ketat, yang sering kali berbeda dengan kenyamanan yang mereka rasakan di rumah. Dampak emosional ini, jika tidak ditangani dengan baik, dapat mengganggu proses adaptasi dan perkembangan mereka (Lestari, 2021).

Yusrina et al. (2023) mengungkapkan bahwa Siswa yang baru memasuki pesantren umumnya berada pada rentang usia 12 hingga 14 tahun, yang termasuk dalam tahap awal masa remaja. Pada fase perkembangan ini, remaja mulai memiliki keinginan untuk mandiri, namun mereka masih sangat membutuhkan rasa aman yang biasanya mereka peroleh melalui ketergantungan emosional pada orang tua atau figur dewasa lainnya. Karena itu, meskipun mereka mulai mencari kemandirian, mereka tetap merasa terikat dengan rumah dan sering kali merasakan rindu terhadap suasana serta kenyamanan yang ada di rumah.

Setiap santri yang baru bergabung dan memasuki lingkungan pesantren akan dihadapkan pada berbagai dinamika kehidupan yang cukup unik dan khas, yang membedakannya dengan kehidupan di luar pesantren. Salah satu aspek yang membedakan kehidupan di pesantren adalah kewajiban bagi setiap santri untuk tinggal di pesantren, yang berarti mereka harus terpisah dari lingkungan rumah mereka, keluarga, kebiasaan sehari-hari, serta pertemanan yang selama ini menjadi bagian integral dari kehidupan mereka. Perubahan drastis ini tentu membawa berbagai tantangan emosional, dan salah satu dampak negatif yang

mungkin dialami oleh santri akibat perpisahan tersebut adalah perasaan rindu yang mendalam terhadap rumah atau keluarga, yang biasa disebut dengan *homesickness*. *Homesickness* ini sering kali muncul ketika santri merasa kesepian, cemas, atau bahkan tertekan karena harus beradaptasi dengan lingkungan baru yang sangat berbeda dengan apa yang mereka kenal sebelumnya (Rahmi et al., 2023).

Stroebe et al. (2002) mengemukakan definisi *homesickness* sebagai keadaan emosional negatif karena harus berpisah dari rumah serta orang-orang terdekatnya dan merasakan kerinduan mendalam mengenai segala hal yang berkaitan dengan rumah diiringi dengan kesulitan untuk beradaptasi di tempat yang baru. Berdasarkan hasil riset ditemukan bahwa *homesickness* umumnya dialami oleh siswa yang mengalami transisi dari rumah menuju sekolah asrama yang dikemukakan oleh Yasmin (2017). Hal ini terjadi karena perasaan yang terpisah dari rumah dan orang-orang terdekat, serta dicirikan oleh perasaan rindu yang mendalam dan pemikiran yang terus-menerus mengenai segala sesuatu yang berkaitan dengan rumah. Perasaan ini akan sering disertai dengan kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru yang jauh berbeda dari apa yang biasa mereka alami di rumah. Dalam konteks ini, perasaan *homesickness* dapat muncul ketika siswa tersebut harus menyesuaikan diri dengan aturan dan rutinitas baru di asrama yang tentu berbeda jauh dari kehidupan yang mereka jalani di rumah (Rahmi et al., 2023).

*Homesickness* umumnya terjadi pada setahun pertama santri berada di pondok pesantren. Apabila hal tersebut tidak segera dicarikan solusi, maka akan mengganggu proses adaptasi yang ditandai dengan kesulitan untuk membuka diri di lingkungan sekitar dan dapat berdampak pada kondisi psikologis seseorang, yang dibuktikan oleh penelitian terdahulu yakni Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama cenderung lebih rentan mengalami *homesickness* dibandingkan dengan mahasiswa di tahun-tahun berikutnya. Periode transisi dari rumah ke lingkungan kampus baru sering kali menjadi tantangan emosional yang signifikan, terutama bagi mereka yang tinggal

jauh dari keluarga untuk pertama kalinya. Hal ini disebabkan oleh perubahan besar dalam rutinitas, dukungan sosial, dan lingkungan yang belum dikenal (Rahmi et al., 2023).

Menurut Stroebe et al. (2002) terdapat lima aspek *homesickness*, yakni (1) merindukan rumah, digambarkan dengan individu merindukan keadaan rumah termasuk pada orang-orang yang berada dirumah.; (2) kesepian, digambarkan bahwa individu merasa tidak memiliki dukungan di sekitarnya, perasaan diasingkan, dan merasa tidak dicintai; (3) merindukan teman, digambarkan dengan individu yang merindukan teman-teman lamanya dan individu merasakan tidak memiliki teman di lingkungan sekitarnya yang baru; (4) kesulitan beradaptasi, digambarkan dengan individu yang sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru sehingga sulit terbuka dengan lingkungan yang baru; dan (5) memikirkan rumah, digambarkan dengan individu yang merasa suasana di tempat yang lama lebih baik daripada lingkungan yang baru dan memiliki penyesalan telah memilih ke tempat yang baru. Santri yang mengalami *homesickness* dalam jangka panjang akan sulit terbuka dengan lingkungan baru nya dan akan kesulitan untuk mengikuti pembelajaran selama berada di pondok pesantren.

Berdasarkan paparan diatas mengenai *homesickness* serta berdasarkan penelitian terdahulu, yakni kunjungan mayoritas pada waktu <3 minnggu yang dilakukan oleh orang tua menjadi salah satu penyebab terjadinya *homesickness*. Hal tersebut karena frekuensi interaksi santri dengan orang tua berkurang. Dukungan keluarga, seperti kunjungan rutin, berperan penting dalam membantu penyesuaian diri anak. Semakin sering keluarga mengunjungi, semakin mudah anak beradaptasi dan mengurangi perasaan *homesickness* yang ditulis oleh Yusrina (2023)

sesuai dengan fenomena yang umum terjadi pada santri pondok pesantren terutama pondok pesantren X, peneliti melakukan wawancara dengan beberapa santri untuk mendukung fenomena yang terjadi. Wawancara dilakukan dengan tiga santri di Pondok Pesantren X yang dipilih secara acak. Wawancara dilakukan dengan menggali aspek-aspek dari kedua variabel penelitian di dalam diri subjek.

Wawancara dilakukan dengan persetujuan dan pengetahuan pihak Pondok Pesantren X.

Tabel 1. 1 Hasil Wawancara *Homesickness* pada santri di Pondok Pesantren X

No	Subjek	Hasil Wawancara	Kesimpulan
1	AS	ia seringkali merindukan apa yang ia dapatkan saat berada di rumah, misalnya kegiatan-kegiatan orang tuanya, hingga suasana rumah. Selain keadaan rumah subjek AS juga merindukan kegaduhan yang dibuat oleh teman-temannya.	subjek AS pernyataannya memenuhi aspek-aspek <i>homesickness</i> yakni merindukan rumah, memikirkan rumah, serta merindukan teman.
2	TMS	dirinya merindukan keadaan dirinya saat masih berada di rumah bersama orang tua. TM merasakan dirinya sulit beradaptasi dengan lingkungan pondok pesantren serta kegiatan yang ada di dalam pondok. TM juga merasakan kesepian akibat masih belum memiliki banyak teman	subjek TMS memenuhi aspek kesulitan beradaptasi, kesepian, merindukan teman, dan merindukan rumah.
3	WTA	Subjek bercerita bahwa ia sangat merasa sendiri di dalam pondok, ia merasa teman-teman nya tidak sayang, tidak mendengarkan ceritanya dan tidak peduli dengannya	Subjek WTA memenuhi aspek Kesepian

---

	Ia sangat rindu bermain dengan teman-teman di sekitar rumahnya, karena setiap harinya dulu selalu bermain dan bersenang-senang dengan temannya sampai waktu menjelang malam dan ia sangat rindu dengan keadaan seperti itu, sehingga ia terkadang menangis merindukan teman temanya	Subjek MRI memenuhi aspek merindukan teman
4	MRI	

---

Berdasarkan hasil wawancara dengan santri di Pondok Pesantren X didapatkan hasil bahwa semuanya memenuhi aspek *homesickness*. Aspek yang dominan dirasakan oleh ketiga santri tersebut adalah memikirkan rumah, merindukan keadaan rumah, dan merasa kesepian. Berdasarkan hasil wawancara mengenai *homesickness* pada santri di Pondok Pesantren X, menunjukkan hasil yang sesuai dengan aspek *homesickness* menurut Stroebe, et al. (2002), sebagai berikut :

Merindukan rumah, digambarkan sebagai perasaan individu yang merindukan keadaan rumah termasuk pada orang-orang yang berada di rumah individu. Pada subjek AS diketahui bahwa dirinya seringkali merindukan rumah dan memiliki keinginan untuk kembali kerumah. Subjek TMS juga seringkali merindukan keadaan rumah karena ia tidak mendapatkan dukungan seperti saat ia berada di rumah. Berdasarkan perasaan kedua subjek tersebut, membuktikan bahwa *homesickness* ditandai dengan perasaan merindukan rumah, baik suasana maupun orang-orang yang berada di rumah.

Kesepian, digambarkan sebagai perasaan sendiri yang dirasakan oleh individu akibat tidak adanya dukungan dari sekitar individu. Pada subjek TMS ia merasakan kesepian karena ia tidak memiliki teman untuk mengutarakan perasaannya seperti saat ia di rumah. Kemudian pada subjek WTA ia juga

merasakan kesepian karena tidak memiliki teman bermain di pondok, sedangkan ketika dia berada di rumah, ia memiliki teman bermain, yaitu adiknya. Sehingga ia merasa kesepian berada di Pondok Pesantren. Kedua pernyataan menunjukkan bahwa *homesickness* ditandai dengan munculnya perasaan kesepian meskipun ia memiliki teman sekamar.

Merindukan teman, digambarkan sebagai perasaan rindu dengan teman lama individu akibat tidak atau belum terbentuknya pertemanan di lingkungan yang baru. Pada subjek AS dan TM diketahui bahwa keduanya merindukan teman lamanya di lingkungan lamanya. Subjek TM merindukan teman-temannya yang selalu ada ketika ia ingin mengeluarkan isi hatinya. Sedangkan pada AS, ia merindukan suasana riang bersama teman-temannya. Hal ini menandakan bahwa merindukan teman menjadi aspek *homesickness* yang dapat menyebabkan seseorang merasakan perasaan negatif tersebut.

Kesulitan beradaptasi, digambarkan sebagai sikap dan perilaku individu yang sulit menyesuaikan dirinya dengan lingkungan yang baru ditandai dengan sulit membuka diri dan menceritakan informasi diri kepada orang lain. Subjek TMS mengutarakan bahwa dirinya kesulitan beradaptasi dengan kehidupan pondok karena kegiatan yang cukup padat. Sehingga seringkali TMS merasa tertekan ketika ia mengikuti jadwal kegiatan pondok. Hal ini membuat dirinya tidak mampu beradaptasi dengan baik dengan lingkungannya, sehingga dirinya belum memiliki teman dekat di pondok. Hal ini menunjukkan bahwa kesulitan beradaptasi menimbulkan perasaan *homesick* pada santri pondok pesantren.

Memikirkan rumah, digambarkan sebagai perasaan dan pemikiran individu yang merasa khawatir dengan keadaan rumah dan merasa suasana di rumah jauh lebih baik dibandingkan dengan tempat yang baru. Pada subjek AS dan MO mereka seringkali memikirkan keadaan rumah, termasuk pada keadaan orang tua hingga keadaan ruangan di rumah. Mereka seringkali timbul perasaan khawatir mengenai keadaan rumah mereka. Hal ini menunjukkan bahwa *homesickness* dapat dialami oleh santri pondok pesantren yang ditandai dengan

pikiran yang seringkali tertuju pada keadaan dirumah.

Berdasarkan pada pernyataan santri di Pondok Pesantren X melalui kegiatan wawancara mendapatkan hasil yang memenuhi aspek *homesickness* menurut Stroebe et al. (2002) yang meliputi merindukan rumah, kesepian, merindukan teman, kesulitan beradaptasi, dan memikirkan rumah. *Homesickness* yang dirasakan dalam jangka waktu panjang, tidak berdampak baik pada kehidupan santri di pondok pesantren. Hal tersebut akan memicu ketidakmampuan santri untuk terbuka dengan lingkungan pondok pesantren yang baru dan akan menghambat proses adaptasi santri. Hal ini akan berdampak pula pada hasil belajar santri yang tidak optimal.

Dalam kehidupan di pesantren terdapat kehidupan yang ideal dan kesenjangan pada santri di pondok pesantren. Kehidupan di pesantren yang ideal yakni untuk pembentukan karakter dan pengembangan spiritual santri. Dalam lingkungan ini, santri menjalani kehidupan yang disiplin, dengan aktivitas harian yang diatur secara terstruktur, seperti waktu ibadah, belajar, dan kerja bakti. Selain itu, pesantren menanamkan nilai-nilai kebersamaan, kemandirian, dan tanggung jawab yang bertujuan membentuk generasi yang berakhlak mulia. Kehangatan interaksi antar-santri dan dukungan dari ustaz/ustazah juga memberikan suasana keluarga yang mendukung proses pendidikan secara holistik. Namun, di balik kehidupan ideal ini, tidak semua santri mampu beradaptasi dengan baik, terutama mereka yang baru pertama kali berpisah dari keluarga dan lingkungan asal.

Meskipun kehidupan di pesantren terlihat harmonis, kesenjangan dapat muncul antara santri yang cepat beradaptasi dengan lingkungan baru dan mereka yang mengalami kesulitan. Santri yang berasal dari latar belakang sosial atau budaya yang berbeda mungkin merasa sulit untuk menyesuaikan diri, terutama dalam menghadapi rutinitas yang ketat atau peraturan yang tidak biasa. Selain itu, perbedaan dalam kemampuan finansial dapat memperburuk kesenjangan ini, di mana santri dari keluarga kurang mampu mungkin merasa rendah diri atau terpinggirkan. Kondisi ini dapat menimbulkan perasaan keterasingan yang

memengaruhi hubungan sosial santri dan menciptakan tekanan psikologis.

Kesenjangan tersebut dapat memperburuk perasaan homesickness pada santri, terutama bagi mereka yang belum terbiasa hidup jauh dari keluarga. Yustika (2023) menjelaskan bahwa homesickness melibatkan perasaan rindu terhadap rumah dan lingkungan yang akrab, yang sering kali muncul akibat ketidakmampuan untuk beradaptasi dengan situasi baru. Dalam pesantren, santri yang merasa kesepian atau tidak mendapatkan dukungan sosial yang cukup lebih rentan mengalami homesickness. Kondisi ini dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis, menurunkan motivasi belajar, dan menghambat proses adaptasi mereka di pesantren. Oleh karena itu, penting bagi pengelola pesantren untuk menciptakan program pendampingan yang mendukung kebutuhan emosional santri dan mengurangi dampak negatif dari kesenjangan tersebut.

Penelitian ini dilakukan di pondok pesantren X karena dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang faktor psikologis yang mempengaruhi kehidupan santri. Pondok pesantren X memiliki karakteristik sosial dan budaya yang mungkin berpengaruh terhadap tingkat *self disclosure* dan *homesickness* santri. Masih sedikit penelitian yang fokus pada pesantren sebagai setting penelitian mengenai *homesickness* dan *self-disclosure* di konteks pendidikan. Penelitian ini berpotensi untuk memberi kontribusi praktis dalam meningkatkan kesejahteraan emosional santri, memperkuat dukungan sosial di pesantren, dan merancang program-program yang lebih efektif dalam membantu santri baru beradaptasi dengan lingkungan pesantren.

## 1.2 Identifikasi Masalah

*Homesickness* merupakan emosi negatif yang dapat menimbulkan dampak negatif apabila dirasakan dalam jangka panjang, terutama pada seorang santri. *Homesickness* pada seorang santri dapat menimbulkan kesulitan dalam beradaptasi dan sulit berkembang di lingkungan pondok pesantren. Selain itu, *homesickness* dapat menimbulkan dampak negatif pada kemajuan belajar santri. Seorang santri yang mengalami *homesickness* akan mengalami beberapa



gangguan selama proses belajar, dimulai tidak mampu beradaptasi dengan baik yang ditandai dengan ketidakmampuan santri membuka diri dengan santri lain di lingkungan pondok pesantren. Individu yang mengalami *homesickness* sering kali merasakan perasaan kehilangan yang mendalam, yang disertai dengan gangguan terhadap rencana atau tujuan yang sebelumnya telah mereka tetapkan, serta kecenderungan untuk menarik diri dari interaksi sosial. Kondisi ini dapat berkembang menjadi gangguan psikologis yang lebih serius, termasuk munculnya pemikiran ruminatif atau berpikir secara kompulsif mengenai rumah dan kehidupan sebelumnya. Proses berpikir berulang ini sering kali berfokus pada segala hal yang terkait dengan rumah, menciptakan rasa rindu yang mendalam dan sulit untuk diatasi. Pada saat yang bersamaan, individu yang mengalami *homesickness* juga menghadapi kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru yang mereka tempati. Lingkungan yang asing dan penuh dengan ketidakpastian ini dapat menyebabkan ketegangan emosional yang signifikan serta perasaan tidak puas terhadap situasi yang sedang dihadapi. Ketidakpuasan ini dapat memperburuk perasaan rindu terhadap rumah (Lestari, 2021).

Menurut Yusrina et al. (2023) menjelaskan *homesickness* pada santri di pesantren Kota Banda Aceh adalah masalah yang signifikan, terutama di kalangan santri baru yang harus beradaptasi dengan perubahan besar dalam hidup mereka dengan kurun waktu lama. Penyebab utama *homesickness* adalah perpisahan dengan keluarga, perubahan lingkungan, dan kurangnya dukungan sosial. Santri yang lebih muda atau yang sebelumnya belum pernah jauh dari keluarga lebih rentan mengalami *homesickness* karena tidak adanya solusi dalam kurun waktu yang lama. Dampak dari *homesickness* ini dapat mempengaruhi kesehatan emosional, sosial, dan akademik santri.

Proses adaptasi yang sulit terhadap lingkungan pesantren seperti sistem pendidikan yang ketat, aturan pesantren yang disiplin, dan rutinitas sosial yang berbeda dari kehidupan di rumah membuat santri merasa terasing. Perubahan ini seringkali mengarah pada perasaan ketidaknyamanan dan kesulitan emosional. Santri yang tidak mendapatkan dukungan sosial yang cukup, baik dari teman

sebayanya maupun pengasuh, sering merasa lebih terisolasi. Perasaan terasing ini memperburuk *homesickness* dan membuat mereka lebih rentan terhadap kecemasan dan stres. *Homesickness* akan menyebabkan santri mengalami kesehatan emosional yang terganggu, kesulitan sosial dan interaksi, serta penurunan performa akademik. Santri yang mengalami *homesickness* seringkali merasakan perasaan cemas, kesepian, dan terkadang depresi (Sefianmi et al., 2024).

Bell & Bromnick (2019) juga menyebutkan salah satu faktor yang mempengaruhi *homesickness* adalah *self-disclosure* atau kemampuan untuk membuka diri dengan memberikan informasi pribadi yang relevan kepada lingkungan disekitar individu. Berdasarkan hasil penelitian tersebut yang menyebutkan bahwa *self-disclosure* menjadi salah satu faktor *homesickness*, sesuai dengan fenomena pada santri di Pondok Pesantren X. Keterbukaan diri atau *self-disclosure* merupakan salah satu faktor yang penting untuk melakukan penyesuaian diri.

Altman dan Taylor yang mengatakan *self disclosure* merupakan kemampuan individu untuk mengungkapkan informasi diri kepada orang lain dengan tujuan untuk menciptakan hubungan yang akrab. Lumsden dalam Gainau (2009) menyampaikan bahwa *self-disclosure* dapat membantu seseorang untuk membangun hubungan akrab dengan orang lain, meningkatkan kepercayaan diri, hingga membantu seseorang dapat berkomunikasi dengan orang lain. Menurut West & Turner (2008), *self-disclosure* merupakan kegiatan mengungkapkan informasi mengenai diri sendiri kepada individu lain yang dapat membantu menimbulkan keakraban dan kedekatan dengan individu lain dalam berkomunikasi. Seseorang yang kurang dapat membuka dirinya cenderung mendapatkan penerimaan sosial yang kurang baik dari lingkungan sekitarnya dan berdampak pada perkembangan kepribadiannya.

Kemampuan keterbukaan diri seseorang dilihat dari kelima aspek keterbukaan diri. Altman & Taylor (1973) mengemukakan kelima aspek keterbukaan diri yaitu ketepatan individu mengatakan informasi yang relevan,

maksudnya adalah individu menyampaikan informasi yang relevan sesuai dengan kondisinya atau peristiwa tertentu. Misalnya ketika ingin menyampaikan penilaian diri sendiri, respon individu lain bergantung pada apa yang santri sampaikan. Kedua adalah motivasi individu menyampaikan informasi kepada orang lain, yakni sesuatu yang mendorong individu untuk terbuka dengan orang lain. Misalnya ketika individu ingin menjalin hubungan akrab dengan teman sekamarnya, maka individu menceritakan tentang dirinya untuk mengakrabkan diri. Ketiga adalah waktu individu menyampaikan informasi kepada orang lain juga harus memperhatikan kondisi seseorang. Misalnya, seorang santri akan sulit membuka dirinya ketika ia berada dalam keadaan sedih. Keempat adalah keintensifan individu mengungkapkan informasi diri kepada orang lain yang berkaitan dengan kepada siapa santri mengungkapkan informasi tersebut. Umumnya, semakin dekat hubungan seseorang maka akan semakin sering seseorang mengungkapkan informasi tentang dirinya. Kelima adalah kedalaman dan keluasan informasi yang diberikan kepada orang lain, apakah dangkal atau dalam yang dimana hal ini berkaitan dengan seberapa dekat hubungan kedua individu.

Santri yang memiliki kemampuan *self-disclosure* mampu menyesuaikan dirinya dan mampu membangun hubungan baru dengan santri lainnya sehingga membentuk dukungan sosial yang baru. Hal ini memungkinkan santri tidak terlalu sering menginginkan kembali ke rumah karena mampu menciptakan suasana yang nyaman bagi dirinya. Individu yang juga memiliki komitmen yang kuat untuk beradaptasi dengan lingkungan baru, mereka akan merasa tertantang oleh tantangan yang ada dan mulai mencari lebih banyak informasi serta pengalaman baru yang dapat membantu mereka memahami dan menyesuaikan diri dengan lingkungan tersebut (Yusrina et al., 2023). Dalam situasi seperti ini, komitmen untuk beradaptasi dapat membantu individu untuk berkembang dan menemukan cara-cara baru untuk mengatasi perasaan homesickness, meskipun perasaan rindu terhadap rumah tetap ada

Rasa ingin kembali ke rumah dikenal dengan istilah *homesickness*, yakni

emosi negatif yang disebabkan oleh perpisahan dengan orang-orang terdekat dan dikenali dengan kerinduan dan memikirkan hal-hal yang berhubungan dengan keluarga dan ketidakmudahan beradaptasi dengan lingkungan baru (Fahira, 2023). Fenomena *homesickness* seringkali terjadi pada individu yang harus berpisah dengan orang-orang terdekatnya karena sesuatu hal, seperti menempuh pendidikan atau untuk pergi bekerja.

*Self-disclosure* sendiri merupakan kemampuan individu untuk mengungkapkan informasi pribadi yang relevan kepada orang lain dalam rangka untuk membangun hubungan pribadi yang mendalam dengan orang lain yang baru ditemuinya. Pada sesi wawancara, juga dilakukan penggalian informasi terkait aspek-aspek *self disclosure* yang dimiliki oleh para subjek.

Tabel 1. 2 Hasil Wawancara *Self Disclosure* pada santri di Pondok Pesantren X

No	Subjek	Hasil Wawancara	Kesimpulan
1	AS	ia jarang berbicara dengan teman sekamarnya. AS hanya berbicara ketika dibutuhkan dan terkadang AS juga merasa kesulitan untuk mengikuti alur pembicaraan yang terjadi.	subjek AS memiliki aspek ketepatan untuk variabel <i>self-disclosure</i> .
2	TMS	TMS jarang bercerita kepada temannya sehingga pada saat sedih ataupun waktunya ia senang tidak akan di ceritakan ke temannya	subjek TMS memenuhi aspek waktu dalam <i>self disclosure</i>
3	WTA	WTA sangat jarang sharing kepada temannya dan ia merasa takut untuk bercerita tentang kesehariannya ataupun tentang orang tua nya	Subjek WTA memenuhi aspek keintensifan

		kepada temannya	
		MRI mengaku bahwa ia pernah cerita ke temannya tetapi hanya sebatas basic saja	Subjek MRI memenuhi aspek kedalaman dan keluasan
4	MRI	atau masih singkat dan belum terlalu akrab dengan temannya sehingga ia masih belum cerita banyak ke temannya	

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan santri di Pondok Pesantren X diketahui bahwa kemungkinan para santri tersebut memiliki tingkat *self-disclosure* yang ditandai dengan jawaban-jawaban yang mengindikasikan situasi dan perilaku negatif yang dimilikinya. Maka dari itu, aspek-aspek yang ada dalam *self-disclosure* dapat membantu para santri untuk dapat beradaptasi sehingga mengurangi perasaan merindukan suasana rumah dan berdampak pada berkurangnya keinginan santri untuk kembali ke rumah. Santri dapat lebih intensif lagi berbicara dengan teman-teman barunya sehingga santri tidak merasa kesepian. Kemudian, santri juga dapat membicarakan hal-hal yang berkaitan dengan masing-masing individu untuk lebih mengenal satu sama lain. Dengan begitu santri mampu membentuk hubungan baru dengan teman-teman di pondok pesantren dan mampu membentuk dukungan sosial yang baru di lingkungan pondok pesantren.

*Homesickness* adalah perasaan dan emosi negatif yang dimiliki seseorang karena merasakan rindu dengan tempat asalnya sehingga menimbulkan perilaku yang kurang adaptif dan juga perasaan kangen atau rindu akan rumah dan lingkungan yang ditinggalkan. Fenomena atau kejadian yang dapat terjadi ketika seseorang santri mengalami *homesickness* adalah ketika seseorang merasa kesulitan untuk membuka diri atau berbicara secara terbuka tentang perasaannya terkait rasa rindu pada rumah ataupun tempat asalnya, sehingga hal ini bisa dikaitkan dengan *self disclosure* karena dapat memainkan peran penting dalam

mengatasi homesickness dengan memungkinkan individu untuk berbagi perasaan mereka dengan orang lain, karena seseorang cenderung lebih terbuka dalam berbicara tentang perasaannya, termasuk pengalaman dan keinginan pribadi. sehingga memperoleh dukungan emosional yang dapat membantu mengurangi kecemasan dan rasa rindu pada kampung halamannya.

Sedangkan *self-disclosure* merupakan kemampuan individu untuk membuka dirinya kepada lingkungan baru dengan memberikan informasi yang relevan untuk dapat membangun hubungan baru. *Self-disclosure* yang dimiliki oleh santri akan membantu santri beradaptasi lebih cepat sehingga mengurangi perasaan rindu dengan suasana rumah akibat terciptanya lingkungan yang aman dan nyaman bagi santri. *Self-disclosure* merupakan kemampuan individu untuk menyampaikan informasi terkait dirinya dengan memberikan informasi yang relevan, sesuai waktunya, intensif, mendalam, serta memiliki motivasi untuk membangun hubungan baik dengan orang lain. Keterkaitan antara *self-disclosure* dengan *homesickness* diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Bell dan Bromnick (2019) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-disclosure* dengan *homesickness*.

Berdasarkan paparan yang sudah disampaikan diatas, peneliti tertarik untuk membahas pengaruh *self-disclosure* dengan *homesickness* pada santri pondok pesantren dikarenakan masih sedikitnya studi yang membahas terkait fenomena tersebut. Dalam penelitian ini, peneliti fokus untuk mencari sumbangsih *self-disclosure* terhadap *homesickness* yang dirasakan oleh para santri di Pondok Pesantren X.

### 1.3 Batasan Masalah

Batasan masalah digunakan untuk memberikan limitasi terhadap penelitian agar penelitian lebih terarah dan memudahkan pembahasan penelitian. Adapun batasan masalah pada penelitian ini, yakni:

1. *Homesickness* (perasaan rindu yang berkeinginan untuk pulang kampung)  
Stroebe et al. (2002) menyatakan *Homesickness* merupakan suatu emosi negatif yang disebabkan oleh perpisahan dari keterikatan dengan rumah,

perpisahan dari hubungan dengan keluarga yang ditandai dengan sulitnya beradaptasi dengan lingkungan baru dan memiliki kerinduan terhadap kegiatan serta suasana rumah

2. *Self Disclosure* (keterbukaan diri)

Altman & Taylor (1973) menyatakan bahwa *Self Disclosure* merupakan kemampuan seseorang untuk mengungkapkan informasi diri kepada orang lain yang bertujuan mencapai hubungan yang akrab.

3. Santri

Santri sebagai subjek penelitian ini merupakan santri yang berada pada Pondok Pesantren X di Kecamatan Bungah Kabupaten Gresik.

#### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah: “Apakah terdapat pengaruh antara *Self Disclosure* terhadap *Homesickness* pada santri di Pondok Pesantren X?”

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini sejalan dengan rumusan masalah yang dijabarkan yakni untuk mengetahui pengaruh antara *Self Disclosure* terhadap *Homesickness* pada santri di pondok pesantren X

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

Berdasarkan uraian tujuan penelitian di atas, maka mampu diketahui manfaat penelitian ini adalah:

1. Manfaat teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi terkait *Self Disclosure* dan *Homesickness* bagi bidang keilmuan, khususnya psikologi klinis dan Psikologi Pendidikan.
- b. Penelitian ini diharapkan mampu dijadikan sebagai referensi penelitian sejenis ataupun dalam pengembangan penelitian selanjutnya bagi pihak peneliti.

2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi dan sebagai

referensi bacaan dalam pengembangan *Self Disclosure* dan *Homesickness* dalam dunia klinis dan juga Pendidikan. Penelitian ini juga diharapkan menjadi perhatian dan pembelajaran bagi instansi terkait, seperti Pondok Pesantren dalam membina para santrinya.

