

PENGALAMAN PENYESUAIAN DIRI BAGI SANTRI BARU DI LINGKUNGAN PESANTREN X : STUDI FENOMENOLOGI

Dewi Nurlaily Haiffahningrum

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA dewi.18113@mhs.unesa.ac.id

Satiningsih

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA satiningsih@unesa.ac.id

Abstrak

Pondok pesantren memiliki beberapa ciri yang berbeda dari lembaga pendidikan pada umumnya. Salah satu cirinya yaitu adalah para santri menetap di dalam lingkup pesantren. Hal ini tentu berdampak pada perubahan perilaku para santri saat di rumah. Dengan menetapnya santri di lingkungan pesantren, maka dibutuhkan kemampuan penyesuaian diri. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengalaman dan proses penyesuaian diri santri baru dengan pendekatan fenomenologi. Metode yang digunakan adalah kualitatif agar dapat mengetahui persepsi partisipan. Data wawancara dikumpulkan menggunakan *in-dept interview* dan dianalisis menggunakan *interpretative phenomenological analysis* (IPA). Penelitian yang telah dilakukan mengidentifikasi bahwa terdapat tiga tema utama yaitu : Pengalaman penyesuaian diri, kesulitan penyesuaian diri dan strategi penyesuaian diri. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa partisipan merasakan beberapa hambatan untuk dapat menyesuaikan diri dengan peraturan-peraturan yang ada, berinteraksi sosial dengan teman serta kendala bahasa dan kedisiplinan. Beberapa strategi partisipan yang dapat dikategorikan adalah : berupaya untuk mengatur pikiran, emosi dan perilaku (*self-control*) serta menghadapi masalah secara aktif (*active coping*).

Kata Kunci: Penyesuaian Diri, Kesulitan Penyesuaian Diri, Strategi Penyesuaian Diri.

Abstract

Islamic boarding schools have several different characteristics from educational institutions in general. One of the characteristics is that the students stay within the scope of the pesantren. This certainly has an impact on changing the behavior of the students at home. By settling the santri in the pesantren environment, the ability to adapt is needed. This research was conducted with the aim of knowing the experience and adjustment process of new students with a phenomenological approach. The method used is qualitative in order to know the participants' perceptions. Interview data were collected using in-dept interviews and analyzed using interpretive phenomenological analysis (IPA). Research that has been conducted has identified that there are three main themes, namely: experience of adjustment, difficulty of adjustment and adjustment strategy. The results of this study indicate that participants feel some obstacles to be able to adjust to existing regulations, interact socially with friends as well as language and discipline barriers. Some of the participant strategies that can be categorized are: trying to regulate thoughts, emotions and behavior (self-control) and face problems actively (active coping).

Keywords: Self-Adjustment, Difficulty Adjusting, Self-Adjustment Strategy.

PENDAHULUAN

Pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan yang juga fokus di bidang keagamaan (Syafe'i, 2017). Metode pembelajaran yang digunakan dalam pondok pesantren yaitu menggunakan metode pembelajaran klasikal. Pesantren berkembang sebagai wujud sistem Pendidikan nasional namun memiliki karakteristik yang unik dan agak sedikit berbeda dengan sistem pendidikan pada umumnya. Di pesantren, pelajaran yang diutamakan adalah pelajaran agama tetapi dengan tetap terdapat pelajaran formal di dalamnya. Ciri khas dari lembaga

pesantren yaitu sebutan siswa yang berbeda dari sekolah lain, sebutan bagi siswa yang tinggal di pesantren adalah "Santri". Santri merupakan sebutan bagi siswa yang menetap dan tinggal di lingkungan pesantren. Pada umumnya santri berada pada fase remaja, dimana dalam fase remaja masih dalam jenjang SMP dan SMA yang terbiasa tinggal dengan orangtua di rumah. Perbedaan tempat tinggal yang membuat para santri diharuskan untuk dapat menyesuaikan diri dengan teman dan lingkungan baru disekitar, khususnya pada santri baru di tahun pertama karena akan merasakan perbedaan yang signifikan ketika pesantren. (Rahmatullah & Purnomo, 2020). Santri yang

tidak terbiasa jauh dari orang tua dan masih selalu mengandalkan orang tua dalam kesehariannya akan merasa kesulitan untuk menyesuaikan diri dalam kehidupan di lingkungan pesantren khususnya pada tahun pertama.

Dengan menetapnya santri di lingkungan pesantren, maka dibutuhkan kemampuan penyesuaian diri terutama bagi santri pada tahun pertama yang tinggal di pesantren untuk tetap dapat bertahan di dalam lingkungan tersebut. Pada tahun pertama para santri akan menemui teman-teman baru, tempat tinggal baru dan situasi yang baru yang mungkin belum pernah ditemui sebelumnya. Tidak semua santri dapat dengan mudah untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan, dan situasi baru. Permasalahan yang sering dialami oleh para santri selama di pondok pesantren diantaranya adalah permasalahan lingkungan, kesehatan dan tingkah laku. (Kompasiana, 2021). Hal ini serupa dengan permasalahan yang ada pada salah satu Pondok Pesantren di Jawa Timur. Beberapa santri baru merasa sulit untuk bersosialisasi sehingga mereka mengaku kesulitan untuk akrab dengan teman-teman baru di Pondok.

Santri yang belum dapat menyesuaikan diri dengan baik maka akan memperlihatkan beberapa perilaku tertentu seperti jarang bergaul, lebih suka menyendiri dan lebih sering berada di kamar dan tidak mentaati peraturan yang ada di lingkungan pesantren. Menurut hasil *prasurvey* yang saya dapatkan dari guru dan pembimbing di pondok pesantren, terdapat beberapa santri yang sering melanggar peraturan diantaranya seperti kabur dari pesantren dan tidak mengikuti kegiatan yang telah ditetapkan karena dalam pesantren terdapat banyak peraturan yang ketat seperti tidak diperbolehkan membawa hp dan tidak boleh keluar dari lingkungan pesantren hingga waktu yang telah ditentukan, selain itu terdapat santri yang dipaksa oleh orangtuanya untuk bersekolah di pondok pesantren yang menyebabkan santri merasa terkekang dan tidak bisa bebas seperti di luar lingkungan pesantren.

Berdasarkan *survey* singkat terhadap subjek, subjek mengatakan bahwa ada perasaan tidak betah saat tinggal di pesantren karena pada masa pandemi terdapat peraturan pondok pesantren yang melarang orang tua untuk mengunjungi subjek sehingga subjek merasa berat untuk dapat menyesuaikan diri pada tahun pertama tinggal di lingkungan pesantren. Selain hal tersebut, faktor lain yang dapat menyebabkan santri kesulitan untuk menyesuaikan diri yaitu karena terdapat beberapa santri yang berbeda suku sehingga lebih sulit untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya pada saat ini karena santri tersebut belum terbiasa dengan keadaan yang ditinggali. Berdasarkan penelitian (Pranoto et al., 2021) permasalahan dasar yang sering dialami santri adalah masih belum terbiasa dan betah selama di lingkungan pesantren yang jauh dari orang tua, masih belum dapat menyesuaikan peraturan yang ada

karena santri memasuki pondok pesantren atas dasar keinginan orang tua bukan dari keinginan mereka sendiri dan santri merasa sulit untuk menjalin kedekatan dengan teman satu asrama karena berbeda suku dan budaya yang membuat santri merasa sulit untuk menyesuaikan diri.

Penyesuaian diri adalah suatu dinamika atau proses yang memiliki tujuan agar dapat terjadi hubungan yang sesuai dilihat dari individu dan lingkungannya (Yusra & Daharnis, 2019). Namun kemampuan setiap individu tidak selalu sama, terdapat beberapa individu yang dapat menyesuaikan diri dengan mudah dan juga terdapat individu yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan mudah. Penyesuaian diri pada individu dapat dipengaruhi oleh dua faktor, diantaranya yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang dipengaruhi dari dalam diri individu itu sendiri seperti kematangan emosi, hereditas dan kematangan fisik, sedangkan faktor eksternal merupakan faktor yang dipengaruhi oleh sesuatu diluar kendali individu seperti lingkungan dan budaya. Selain faktor tersebut terdapat beberapa faktor lain yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri remaja pada tahun pertama ialah kepribadian, kondisi fisik, edukasi atau pendidikan serta lingkungan, agama dan budaya (Ekanita & Putri, 2019).

Menurut (Aristya & Rahayu, 2018) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri. Faktor tersebut diantaranya a). Keadaan fisik, contohnya seperti kesehatan. Maka kesehatan seseorang dapat menjadi faktor yang penting dalam penyesuaian diri. b). Perkembangan dan kematangan, dari faktor perkembangan dan kematangan, dapat kita lihat ketika seseorang yang memiliki jiwa sosial dan intelektual tinggi maka orang tersebut akan dapat menyesuaikan dirinya lebih mudah daripada orang dengan kematangan yang kurang. c). Keadaan psikologis, dalam faktor ini, keadaan psikologis seseorang juga diperlukan untuk dapat menyesuaikan diri karena jika keadaan mental dan psikis seseorang yang baik maka akan dapat mendorong individu untuk melakukan hal yang baik. d). Keadaan lingkungan, keadaan lingkungan dalam konteks yang dimaksud adalah keadaan lingkungan yang dapat membawa pada situasi positif dimana keadaan lingkungan tersebut adalah lingkungan yang tenang, tenang dan damai. e). Tingkat religiusitas dan kebudayaan, tingkatan kereligiusan seseorang juga dapat memberi pengaruh pada penyesuaian diri, ketika seseorang memiliki tingkat kereligiusan yang cukup tinggi maka umumnya mereka akan mendapatkan ketenangan batin dan dapat berpikir jernih untuk dapat memikirkan dan mencari jalan keluar atas suatu masalah yang dialami oleh orang tersebut.

Menurut (Masni, 2017) terdapat dua karakteristik penyesuaian diri, yaitu penyesuaian diri positif dan penyesuaian diri yang salah. Dalam penyesuaian diri

positif, seseorang akan cenderung memiliki arahan dari dalam diri individu untuk dijadikan pertimbangan dalam melakukan sesuatu, dapat bersikap objektif dalam memandang suatu permasalahan, realistis, tidak frustrasi terhadap masalah yang terjadi, tidak terdapat mekanisme pertahanan diri yang salah, serta tidak terdapat emosi yang berlebihan. Sebaliknya, dalam penyesuaian diri yang salah, individu cenderung untuk bertindak tanpa pertimbangan, tidak realistis, memandang suatu peristiwa yang terjadi secara subjektif, emosi yang berlebihan, munculnya mekanisme pertahanan diri yang salah seperti cenderung untuk menyerang dan melarikan diri

Berdasarkan fenomena tersebut, point penting yang menjadi fokus dalam penelitian ini adalah pengalaman santri baru yang tinggal di lingkungan pesantren terkait permasalahan dalam penyesuaian diri.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kualitatif untuk memperoleh data terkait pengalaman penyesuaian diri bagi santri baru di lingkungan pesantren. Menurut (Cresweel, 2015) penelitian kualitatif adalah suatu penelitian yang butuh pemahaman detail terkait pengalaman yang dirasakan pada partisipan dan diharapkan partisipan dapat memaknai dengan lengkap tentang suatu kejadian yang telah atau sedang terjadi pada diri partisipan. Menurut (Rahmat, 2009) penelitian yang menggunakan metode kualitatif mampu menerangkan secara lengkap tentang gejala dan fenomena yang terjadi secara menyeluruh sedangkan pendekatan yang akan digunakan untuk mengambil dan memperoleh data pada penelitian ini adalah pendekatan fenomenologi.

Pendekatan fenomenologi bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana subjek memahami dunia pribadi dan sosial menurut sudut pandang mereka sendiri. Studi fenomenologi adalah suatu proses pengumpulan data yang bertujuan untuk mencari makna serta esensi yang terdapat pada pengalaman dan dirasakan oleh individu (Cresweel, 2015). Berasal dari definisi tersebut, maka penelitian ini dilakukan untuk memperoleh pemahaman lengkap dari beberapa subjek yang nantinya akan dicari persamaan pada pengalaman penyesuaian diri santri baru di lingkungan pesantren.

Dalam menentukan dan mengambil sumber data, peneliti menggunakan subjek yang memiliki beberapa kriteria, diantaranya :

1. Subjek bersekolah asrama di pondok pesantren
2. Saat ini subjek menduduki kelas X SMA (tahun pertama di lingkungan pesantren)
3. Subjek berkenan menjadi partisipan dalam penelitian ini

Pemilihan partisipan ini telah direncanakan oleh

peneliti karena memiliki relasi dengan perangkat sekolah yang memungkinkan untuk dilakukan penelitian melalui pendekatan fenomenologi.

Penelitian ini menggunakan 5 orang partisipan yang merupakan remaja yang bersekolah di pesantren. Pemilihan jumlah partisipan berdasarkan pada pernyataan Smith bahwa studi fenomenologi menggunakan IPA. Menurut (Alase, 2017) IPA digunakan sebagai panduan untuk peneliti di antara berbagai disiplin ilmu diantaranya yaitu dalam bidang psikologi, untuk membantu dan membimbing peneliti ke tradisi metodologi kualitatif yang lebih komprehensif. IPA bertujuan untuk dapat memahami tentang pengalaman yang dirasakan dan dipersepsikan oleh orang lain (Hetherington, 2009) oleh karena itu yang menjadi pokok bahasan dan fokus utama dalam IPA adalah pengalaman dan makna dari pengalaman menurut partisipan atau subjek yang diteliti.

Dalam memulai rencana penelitian, peneliti menggunakan beberapa langkah dan tahapan agar dapat tercapainya penelitian ini. Berikut beberapa tahapan yang telah dilakukan peneliti untuk mempersiapkan penelitian. Tahap pertama adalah pencarian fenomena, dalam tahapan ini, peneliti berusaha mencari masalah yang terjadi pada sekitar dan mencari jurnal-jurnal sebelumnya untuk pengkajian literatur bagi tema yang diangkat dalam penelitian ini, yaitu pengalaman santri baru yang bersekolah di lingkungan pesantren. Tahap kedua yaitu pada tahap kedua, peneliti mencari partisipan yang terlibat secara aktif dalam pengalaman penyesuaian diri. Peneliti berusaha untuk menemui guru dan pembimbing untuk meminta izin dalam kegiatan penelitian selanjutnya pada tahap ketiga peneliti akan meminta izin ketersediaan dan meminta waktu untuk melakukan wawancara kepada partisipan agar partisipan nantinya tidak merasa terganggu dan terbebani

Salah satu aspek penting dalam penelitian metode kualitatif adalah membahas tentang teknik pengumpulan data. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan wawancara untuk mengambil dan mengumpulkan data dari para partisipan. Dilihat dari pentingnya kedalaman informasi dan persepsi pada studi fenomenologi, maka peneliti akan mewawancarai partisipan menggunakan teknik wawancara. Dalam Teknik wawancara yang digunakan, peneliti memilih wawancara semi terstruktur atau wawancara mendalam yang dapat dikatakan juga sebagai *in-dept interview*. Wawancara semi terstruktur dalam penelitian ini dijadikan acuan untuk mengumpulkan data. Dalam wawancara semi terstruktur ini peneliti sudah menyiapkan kerangka topik yang akan ditanyakan kepada partisipan, namun dalam cara penyampaian dan nada serta intonasi sangat bergantung

kepada peneliti. Dalam Teknik wawancara semi terstruktur juga mementingkan probing yang digunakan untuk mempererat hubungan antara peneliti dan partisipan agar partisipan dapat merasa tenang dan tidak takut untuk menjawab pertanyaan dari peneliti yang nantinya dengan mudah memberi informasi yang banyak dan lebih mendetail tentang pengalaman yang dirasakan oleh partisipan.

Analisis data dalam penelitian ini dimulai dari wawancara yang direkam kemudian peneliti membuat verbatim terkait percakapan wawancara yang dilakukan oleh peneliti dan partisipan. Peneliti akan memisahkan antara hasil transkrip verbatim antara partisipan satu dengan partisipan lainnya. Langkah pertama yang akan dilakukan peneliti ketika telah memiliki transkrip verbatim wawancara adalah melakukan pengkodean yang sesuai dengan dalam table pada margin kiri

Langkah kedua yang akan dilakukan peneliti yaitu peneliti akan membuat sebuah kode berdasarkan data yang terdapat lalu peneliti akan menginterpretasikan kode tersebut dengan melihat konsep-konsep yang teori yang ada dalam psikologi. Kode tersebut akan di kelompokkan pada margin sebelah kanan sehingga dapat dibedakan antara data asli dari partisipan dan pengkodean menurut interpretasi dari peneliti.

Langkah ketiga, peneliti akan mengelompokkan pengkodean yang sudah ada menjadi satu makna tertentu dalam konsep dan teori psikologis

Langkah keempat, ketika sub-tema psikologis sudah didapat maka langkah selanjutnya adalah mencari korelasi yang mewakili sub-tema satu dengan sub-tema lainnya sehingga menjadi tema dalam teori maupun konsep psikologis.

Karena metode kualitatif berbeda dengan penelitian metode kuantitatif yang dapat diuji secara numerik menggunakan angka, maka peneliti memerlukan uji keabsahan data untuk menguji validitas dari penelitian yang menggunakan metode kualitatif ini tetapi menggunakan cara yang berbeda dengan penelitian kuantitatif. (Cresweel, 2015) menjelaskan bahwa pengujian validitas pada penelitian kualitatif dilakukan dengan cara menerapkan pemeriksaan serta *crosscheck* terhadap akurasi data yang ada kepada partisipan dengan menggunakan prosedur-prosedur tertentu. (Cresweel, 2015) membagi menjadi delapan strategi untuk menguji validitas serta keabsahan data dengan cara mentriangulasi data, kemudian menerapkan member checking kepada partisipan.

Pada penelitian ini, peneliti memilih menggunakan dua metode dalam menguji keabsahan data, yaitu menerapkan member checking kepada partisipan dan

akan mengklarifikasikan kembali kepada partisipan sebagai *member checking*.

HASIL PENELITIAN

Penelitian yang telah dilakukan mengidentifikasi bahwa terdapat tiga tema utama yaitu : Pengalaman penyesuaian diri, kesulitan penyesuaian diri dan strategi penyesuaian diri.

Tema : Pengalaman Penyesuaian Diri

Saat berada di Pesantren, partisipan merasakan adanya perubahan dalam lingkungan sosial maupun dalam diri individu sendiri dikarenakan adanya peraturan dan rutinitas yang berbeda.

[...] Di sini beda banget sama di rumah, kalau di rumah kan apa-apa ada mama, kalau di pondok harus mandiri, harus disiplin, apa-apa itu harus sendiri kecuali kalau ada apa-apa itu baru minta tolong temen (Laila).

[...] Kalau di Pesantren itu jadwalnya terstruktur banget sampai apapun itu benar-benar diatur rinci (Anis).

[...] Makan, mandi harus antri (Putri).

Partisipan merasa bahwa di lingkungan pesantren sangat berbeda dengan lingkungan rumah mulai dari kebiasaan rutinitas yang dilakukan setiap hari hingga dalam permasalahan yang harus dikerjakan sendiri karena di lingkungan pesantren partisipan tidak bisa mengandalkan orang lain selain dirinya sendiri.

[...] Waktu awal mondok itu yang paling kerasa ya jadwal di pondok, itu capek banget kak, kegiatannya full kayak nggak berhenti-berhenti. Bangun jam 3 itu udah harus ke masjid habis itu udah ada jadwal lagi sampe terakhir selesai kegiatan itu jam setengah 9 malam. Kadang saking capeknya itu aku bisa tidur di kelas, antara capek dan ngantuk soalnya waktu di rumah nggak biasa bangun sepagi itu dan langsung ada kegiatan yang nggak berhenti. Kalo ketahuan tidur di kelas biasanya disuruh berdiri kalo nggak gitu gurunya udah paham kita langsung disuruh ke kamar mandi buat wudhu. Ya gitulah pokoknya, saya paling berat itu kalo masalah kedisiplinan. Aku biasanya dirumah santai gitu disini semua serba cepet, kalo nggak cepet nanti telat, ketinggalan terus dihukum (Lily). Kalo pengalaman yang aku inget banget itu waktu aku ditunjuk sama anak-anak angkatanku

buat jadi Bugen. Bugen itu ibu generasi kak, ibu generasi ini tugasnya ya memimpin anak-anak satu angkatan dan harus siap tanggung jawab kalo ada anggota yang ngelakuin kesalahan (Mawar).

Alasan mondok

Alasan partisipan memilih untuk bersekolah di pesantren yaitu berasal dari diri individu sendiri dan lingkungan sekitar. Alasan yang berasal dari dalam diri partisipan dapat dikategorikan sebagai alasan internal.

[...] Disini percakapan sehari-harinya pakai bahasa, saya suka banget karena saya suka bahasa arab dan bahasa inggris akhirnya bisa mengimprove kemampuan saya (Anis).

[...] Untuk memahami ilmu agama lebih dalam, karena nanti jika ada permasalahan di masyarakat, bisa mengatasi permasalahan & menjadi pengingat bagi masyarakat yang mungkin melupakan ilmu agama (Ilma).

Dari alasan internal tersebut partisipan ingin meningkatkan skill dan memperdalam ilmu agama yang akan didapatkan melalui pesantren. Selain alasan internal, alasan yang berasal dari lingkungan sekitar partisipan dapat disebut sebagai alasan eksternal. Partisipan mengatakan bahwa alasan bersekolah di pesantren adalah karena keinginan orang tua dan cerita dari saudara.

[...] Alasan utamanya itu karena orang tua yang nyuruh mondok kak (Zahra).

[...] Kakak kan alumni juga, terus kakak itu cerita kalau di pondok itu enak, terus dari keluarga juga emang SMA itu harus mondok, soalnya di Bali kan pergaulannya agak bebas ya, jadi buat ngehindari pergaulannya itu (Laila).

[...] Dulu kan awalnya waktu SD itu dengerin cerita saudara ada yang mondok, kok kayaknya seru, terus dicariin pondok sama orang tua (Putri).

[...] Aku mondok ini disuruh orangtua kak, iya jadi dari keinginan orang tua. Katanya kalo mondok itu bisa menjaga dari pergaulan yang kayak gitu lah. Aku masuk pondok ini juga karena ada saudaraku yang disini. Katanya pondoknya bagus, alumennya banyak yang dapet univ negeri sama banyak yang beasiswa ke luar negeri. nah dari situ kayaknya ayah sama mama seneng banget, pengen aku masuk

kesana. Jadi bilang ke aku kalo pondok ini ginilah, gitulah, pokoknya diceritain bagus-bagusnya. Karena kayaknya emang ayah sama mama mau banget aku mondok, akhirnya yaudah aku mau (Lily).

Pandangan terhadap teman

Berdasarkan pengalaman para partisipan, mereka mengatakan bahwa teman yang ada di pesantren sudah dianggap sebagai saudara sendiri

[...] kalo sama temen harus banyak-banyak kenalan, kalo bisa setiap ketemu harus pasang wajah ramah, nyapa, karena temen itu ya udah kayak saudara (Zahra).

[...] di Pesantren, teman itu udah kayak saudara, kayak keluarga, soalnya kegiatan dari bangun sampe tidur lagi kan sama mereka, jadi mereka itu orang penting di pesantren menurutku (Putri).

Para partisipan menyadari bahwa teman yang ada di lingkungan pesantren memiliki ikatan yang erat dengan mereka serta dengan memiliki teman dekat partisipan dapat merasakan kesejahteraan psikologis yang kurang mereka dapatkan selama tinggal di lingkungan pesantren. Walaupun sudah sangat akrab tetapi sebagian partisipan mengatakan bahwa tetap menjaga perkataan ketika berhadapan dengan teman lainnya.

[...] Kalau sama temen itu menyesuaikan kak, kan ada yang dari Jawa Barat kayak Jakarta itu kan kalau ngomong blak-blakan ya kak jadi saya juga ngomongnya blak-blakan gitu, tapi kalau sama anak Jawa itu lebih ke kalem dan halus aja ngomongnya nggak yang terlalu blak-blakan gitu (Laila).

[...] Sesama teman, ada batas masing-masing aja kak dan juga menjaga perasaam karena kan teman kita di pondok itu udah kayak saudara (Ilma).

Kegiatan saat Libur

Saat ada hari libur, partisipan akan menggunakan waktu liburnya di dalam pesantren sebab selama pandemi para santri tidak diperkenankan untuk di jenguk oleh orang tua maupun wali. Maka dari itu, para partisipan mencari kegiatan lain untuk mengisi waktu libur mereka.

[...] Liburnya cuma minggu kak, ya tadi itu kak paling ya cari kesibukan lain kak, olahraga gitu biasanya sama anak-anak lain (Anis).

[...] Karena saya ikut pramuka ya kak, disini ada yang Namanya ambalam, jadi saya kalo libur itu ada kegiatan pramuka itu (Ilma).

[...] Olahraga, ekstrakurikuler (Putri).

Selain digunakan untuk mencari kesibukan lain, terdapat partisipan yang menggunakan waktunya untuk beristirahat.

[...] Aku pake istirahat aja kak, kalo nggak ada kegiatan aku pake tidur, sama beres-beres lemari (Zahra).

Tema : Kesulitan Penyesuaian Diri

Dalam masa penyesuaian diri, partisipan mengaku bahwa terdapat beberapa kesulitan yang mereka alami, diantaranya terdapat masalah sosialisasi, gegar budaya (*culture shock*), *home sick*, penyesuaian peraturan yang ada di pesantren, penyesuaian bahasa dan hukuman yang berlaku.

[...] Awalnya saya bingung soalnya temen-temen itu banyak yang SMPnya sama jadi udah temenan dari SMP udah kenal udah deket satu sama lain, saya kan bingung soalnya pengen berbaur juga, awalnya kesulitan tapi akhirnya lama-lama bisa berbaur juga (Anis).

[...] Cara berinteraksi susah karena beda tiap daerah, bahasanya itu harus bisa nyesuaiin sama karakter temen-temen lain (Putri).

[...] Awalnya kesepian soalnya belum akrab sama temen-temen lain terus harus adaptasi baru lagi, pertama kali masuk itu nggak tau apa-apa, Cuma ikut alur aja terus dikasih tau peraturan-perturan, terus kayak baru awal-awal itu ya harus taat, kalo bisa jangan sampe kayak gitu dijaga aja (Zahra).

Persepsi partisipan terhadap peraturan yang ada di dalam pesantren yaitu merasa sangat berbeda dari peraturan yang ada saat sekolah diluar pesantren.

[...] Peraturannya beda jauh sama peraturan waktu di SMP dulu soalnya disini kan sambil mondok jadi dari bangun tidur sampe tidur lagi itu ada aturannya, lebih disiplin dan harus punya tanggung jawab yang lebih besar (Ilma).

Persepsi partisipan terhadap karakteristik masyarakat Jawa dinilai memiliki budaya yang halus,

berdasarkan cara bicara dan sikapnya sedangkan karakteristik masyarakat yang berasal dari luar Jawa memiliki karakteristik cara bicara yang lebih bebas.

[...] Saya kan dari Bali, temen-temen itu banyak yang dari Jawa, dan ternyata budayanya mereka tuh beda. Jadi saya yang harus bisa ngikutin kebiasaan anak Jawa (Laila).

[...] Waktu ketemu sama orang yang berasal dari luar Jawa itu agak sedikit berbeda ya, soalnya orang Jawa itu orangnya kalem-kalem, dan orang luar Jawa itu cenderung berkebalikan, jadi kita harus bisa menyesuaikan diri jangan sampai terbawa emosi hanya karena hal-hal sepele kayak gitu karena itu emang hal yang wajar dalam perbedaan (Ilma).

Culture shock

Partisipan merasakan adanya perbedaan budaya dan kebiasaan antara lingkungan rumah dan lingkungan pesantren.

[...] Dulu aku waktu awal-awal itu kak, kan ada MOS buat anak baru. Dulu itu Namanya matrikulasi, jadi selama 2 minggu itu ya pengenalan dan istilahnya adaptasi sama lingkungan dan peraturan yang ada di pondok. Itu aku baru tau ternyata di pondok itu beda banget antara anak baru sama kakak kelas. Perbedaannya itu kerasa banget, jadi selama 2 minggu itu kita diawasin terus sama kakak kelas kalo kita ngelakuin hal-hal yang nggak sesuai peraturan kayak contohnya udah waktunya sholat tapi masih ada yang mandi, telat ikut apel pagi atau kebiasaan-kebiasaan yang masih kebawa dari rumah yang nggak sesuai sama kebiasaan di pondok, kita bakal dilaporin ke ketua MOS ini, jadi nanti bakal ada evaluasi tiba-tiba, kita dikumpulin di lapangan, biasanya malem kak waktu udah nggak ada jadwal apa-apa tiba-tiba ada sirine ambulan gitu pake megaphone, itu kita harus lari cepet, nggak boleh ada yang telat, kalo sampe ada yang telat itu harus siap nerima konsekuensi. Itu salah satu hal yang buat aku shock selama disini (Mawar).

Home Sick

Dengan tidak diperbolehkannya para partisipan untuk pulang ke rumah selama sekolah di pesantren dan disaat pandemi yang tidak boleh dijenguk, para partisipan mengatakan bahwa mereka terkadang merasa rindu akan suasana rumah. Namun mereka sudah memiliki cara agar dapat mengatasi hal tersebut.

[...] Pasti ya kalo *homesick* itu tapi nggak yang sampe nangis-nangis gitu kangen rumah, kangen suasananya kadang (Putri).

[...] Cari kegiatan, kesibukan lain (Laila).

[...] Di Pondok itu ada banyak temen, jadi ya saya memperbanyak kegiatan sama temen aja biar nggak kepikiran (Ilma).

[...] Olahraga aja kak biasanya sama review materi yang belum nulis atau nyatet materi gitu (Anis).

[...] Harus cari temen, pinter-pinter bergaul sama ikut kegiatan kayak ekstra gitu biar nggak kepikiran rumah terus (Zahra).

[...] Biasanya kalo lagi inget atau kangen suasana rumah, aku nelpon orang tua biar walaupun nggak ketemu tapi bisa denger suaranya aja udah bisa ngobatin rasa rindu (Putri).

Peraturan

Dengan adanya berbagai peraturan yang ada di dalam Pesantren, para partisipan mengalami masa-masa penyesuaian saat awal masuk pesantren, namun setelah itu mereka sudah dapat terbiasa dengan peraturan yang ada.

[...] Dulu awal-awal ngerasa berat karena masih penyesuaian itu peraturan pemakaian laptop tapi sekarang udah agak renggang. Terus penggunaan pinjam hp itu harus pake tanda tangan fungsionaris dulu baru boleh pinjem hp guru atau pembimbing, kayak jam malam itu belum terlalu terbiasa awalnya, karena cepet banget tidurnya, kalau saya itu susah tidur gitu, terus harus bangun pagi jam 3 dan setelah itu kan nggak boleh tidur lagi, langsung sholat malam, itu sih yang lumayan susah buat menyesuaikan (Laila).

[...] Mungkin kedisiplinan sama bahasa. Waktu awal berat kak, soalnya saya sering ngelanggar karena nggak disiplin (Anis).

[...] Nggak ada yang berat banget gitu, Cuma ya emang harus bisa disiplin aja (Ilma).

[...] Bahasanya, untuk peraturan jelas kesulitan kak, soalnya dulu waktu SMP kan nggak ada peraturan kayak gitu, kan soalnya Cuma sekolah

aja, nggak nginep di sana kalo di rumah apalagi, kan nggak ada peraturan yang tertulis gitu (Zahra).

[...] Bangun pagi, sholat tahajjud, sekolahnya full day pagi sampe sore terus dilanjut lagi ngaji sore sama ngaji kitab di malem hari. Bangun lebih awal dan tidurnya lebih malem dari di rumah (Putri).

[...] Waktu awal-awal mondok peraturan yang sangat berat itu waktu nggak boleh disambang sama orang tua. Waktu itu kan masih jaman pandemi ya kak, jadi emang masih ketat banget peraturannya. Waktu mondok itu kerasa banget kalo hidup sendirian itu susah, mau makan yang kalo di rumah tinggal ngambil, aku juga baru sadar ternyata dulu aku kurang bersyukur kalo udah dimasakin sama ibu kadang susah makan. Kalo disini kan makannya ada jadwalnya, jadi nggak bisa makan diluar jam itu, kalo nggak ngambil jatah makan ya berarti harus nunggu sampe jadwal selanjutnya terus disini mau makan juga harus ngantri dan ngantrinya itu banyak banget kan dari kelas 10-12 itu ngantri semua jadi ya harus belajar sabar juga, sabar dan bersyukur. Kalo dari aku sendiri peraturan pondok nggak begitu susah, cuma karena waktu itu aku dipilih jadi bugen, ya mungkin lebih susah disitu. Mau nggak mau harus ngurusi dan tahu apa yang terjadi sama temen-temenku yang lain. Dulu aku sempet kenapa harus aku ? kenapa aku terus ? kenapa nggak ngasih tau langsung aja ke orang yang ngelakuin kesalahannya (Mawar).

[...] Kalo aku untuk peraturan yang berat itu masalah kedisiplinan kak, aku juga paling susah buat nggak pegang hp kak. Namanya di pondok kan, kita disini nggak boleh bawa alat komunikasi termasuk hp. Aku pernah waktu itu habis liburan sengaja bawa hp, ayah sama mama nggak papa waktu itu aku bilang bakal dipake klo waktu hari minggu aja biar bisa hubungin ayah sama mama (Lily).

Bahasa

Dalam konteks bahasa yang digunakan sehari-hari, para partisipan diwajibkan untuk menggunakan Bahasa Arab dan Bahasa Inggris yang digunakan bergantian setiap minggu. Pada awalnya para partisipan yang tidak terbiasa dan tidak bisa menggunakan Bahasa Arab dan Bahasa Inggris merasa kesulitan karena hal tersebut merupakan sesuatu yang baru.

[...] Yang paling penting jangan malu dan jangan

takut salah, pokoknya dicoba aja dulu *explore* kata-kata baru. Kita ada pengajaran kak, Namanya “*lapensa*” untuk program bahasa disini, jadi bakal ada kakak kelas yang dateng ke kamar-kamar buat ngajarin kita, nah selebihnya kita *learning by doing* (Ilma).

[...] Harus banyak belajar kosakata dan menghafal (Zahra).

[...] Aku sebelumnya nggak pernah belajar Bahasa Arab dan Bahasa Inggris kak, aku belajarnya bener-bener di ajarin sama kakak kelas dan langsung praktek aja akhirnya lama-lama jadi kebiasa (Putri).

Hukuman

Menurut pandangan behavioristik, hukuman merupakan konsekuensi yang diberikan kepada seseorang dengan tujuan mengurangi tindakan negatif agar tindakan tersebut tidak dilakukan kembali. Berdasarkan hasil wawancara oleh beberapa partisipan, dapat diketahui bahwa partisipan kerap mendapatkan hukuman salah satunya adalah karena kurangnya kedisiplinan pada partisipan.

[...] sering kak, aku pernah kena hukuman bahasa dan hukuman karena telat sholat berjamaah. Hukumannya disuruh bersihin kamar mandi sama cuci piring (Laila).

[...] Pernah kena hukuman bahasa karena waktu itu saya keceplosan nggak pake bahasa inggris, terus pernah juga terlambat ke masjid waktu sholat malam (Ilma).

[...] Pernah kak, karena kan masih awal aku belum terlalu bisa bahasa arab, nah itu aku kena hukuman bahasa (Zahra).

Hukuman yang termasuk kategori berat adalah ketika terdapat santri yang kabur, ketahuan mencontek dan membawa HP.

[...] Waktu itu ada pengecekan kelas dan asrama, dan ya akhirnya aku ketahuan. Besoknya waktu apel pagi aku disuruh maju kedepan, itu malu banget kak soalnya kan jadi ngerti semua dari kelas 10-12, guru-guru juga pada tau. Konsekuensinya kalo ada yang bawa hp itu hpnya di palu di depan semua orang itu dan orang tuanya dipanggil. Kita sendiri yang dikasi palu dan harus hancurin hp nya sendiri. Udah dari situ aku nggak lagi-lagi mau

ngulangi. Malunya itu malu banget (Lily).

Tema : Strategi Penyesuaian Diri

Hambatan yang dialami partisipan selama masa penyesuaian diri dalam lingkungan pesantren menimbulkan beberapa tekanan, namun para partisipan dapat mengatasi hambatan tersebut menggunakan strategi kontrol diri dan mengatasi masalah secara aktif. Para partisipan akan mengingat-ingat kembali alasan mereka untuk mondok di pesantren ini. Hal tersebut yang dijadikan strategi penyesuaian diri bagi para partisipan.

Alasan bertahan

Mayoritas partisipan mengatakan bahwa alasan mereka untuk tetap bertahan pada pesantren ini terdapat dalam *input* dan *output* yang hanya ada pada pesantren. Oleh karena itu, walaupun terdapat beberapa hambatan para partisipan dapat terus bertahan. Partisipan mengerti bahwa mereka membutuhkan *output* yang bagus dari pesantren tersebut. Hal inilah yang menyebabkan partisipan terdorong untuk terus bertahan dan mendapatkan peluang untuk mengembangkan diri mereka menjadi apa yang mereka harapkan setelah lulus dari pesantren.

[...] Sukanya bahasa, lulusannya banyak yang diterima di luar negeri dan PTN-PTN yang keren, terus testimoninya bagus-bagus saya sudah sering searching-searching kelebihannya, terus juga sistemnya bagus, terstruktur (Anis).

[...] Bahasa dan kedisiplinannya terus lihat pendidikan, pengajaran dan juga ilmu kehidupan yang ada di dalam pondok pesantren (Ilma).

[...] Karena banyak pelajaran yang nggak dipelajari di tempat lain sama kalau di pondok itu bisa lebih belajar tentang survive juga nggak hanya pelajaran materi yang ada di sekolah (Zahra).

[...] Di pesantren ini antara agama dan akademiknya itu seimbang, jadi sama-sama diurus biar bisa kuliah di PTN-PTN bahkan di Univ Luar Negeri itu dibantu semua sama guru-gurunya untuk cari informasi dan pendaftarannya (Putri).

[...] Soalnya disini tuh bagus-bagus kak alumninya, makanya saya mau disini. Ntar kalau saya boyong saya mau dimana lagi, belum tentu nanti sebgus disini (Laila).

Kontrol diri (self control)

Beberapa partisipan telah mengetahui cara untuk dapat mengontrol diri mereka masing-masing agar dapat terhindar dari hukuman yang diberikan. *Self-control* merupakan salah satu cara untuk merubah diri sendiri dengan cara mengontrol pikiran dan perilaku diri partisipan sendiri.

[...] nah dari situ aku kayak kapok kak, aku baru sadar kalo emang kamu udah masuk di pondok itu ibarat kamu udah nyemplung ke air, kayak udah terlanjur basah gitu jadi ya sekalian aku buat berenang tapi kearah yang lebih baik lagi. Soalnya dulu aku pernah kepikiran buat pulang aja ke rumah, aku nggak kuat di pondok ternyata beda banget sama di rumah. Tapi setelah kejadian itu aku ngerasa lebih disiplin klo waktunya sholat ya sholat, sekolah dan ngaji. Itu aku ngerasa udah kayak ngejalani aja gitu, berusaha buat ngikutin peraturan pondok dan nggak ngulangin kesalahan yang sama lagi (Lily).

[...] Kalo aku, selalu inget tujuan awal aja sih kak, jadi waktu pengen menyerah aku inget lagi tujuan awalku masuk pondok ini tuh apa, sama inget orang tua (Ilma).

[...] Saya pengen membahagiakan orang tua aja kak, inget orang tua aja terus karena sekarang udah mulai dekat sama temen dan ngerasain serunya mondok jadi sudah lumayan betah di pesantren, apa ya udah nggak ngerasa sendirian lagi kayak waktu pertama banget disini (Zahra).

[...] Karena udah kemauan sendiri malu kalo pindah, terus aku ngerasa seru aja temennya banyak. Aku ngerasa lebih baik disini, bisa belajar bareng, ilmu agama (Putri).

[...] Terus kalo sekolah ya sekolah aja nggak yang berbuat aneh-aneh, harus nurut sama guru biar ilmunya barokah dan manfaat (Anis).

[...] Jangan melanggar peraturan kak, harus bisa lihat situasi dan kondisi (Laila).

[...] Harus patuh, biasanya berangkat bareng temen yang lebih rajin biar nggak telat sama harus terus belajar kosakata. Alhamdulillah saya lumayan cepet beradaptasi karena kalo nggak bisa adaptasi bakal ngerasa nggak enak sendiri di pondok kak, harus bisa nyesuaiin sama alur dan peraturan disini juga (Zahra).

[...] Partisipan juga mengatasi masalah dengan mengubah mindset lebih positif serta mencari jalan keluar bersama teman-temannya. Aku coba pelan-pelan ubah mindset aku biar aku nggak ngerasa tersiksa selama jadi bugen (Mawar).

Mengatasi masalah secara aktif

Selain mengontrol pribadi individu, partisipan juga mengatasi hambatan yang ada dengan cara menggunakan bantuan orang lain. Partisipan akan secara langsung memilih dan meminta bantuan kepada teman dekat mereka untuk saling mengingatkan agar tidak terkena hukuman.

[...] Kalau saya dari temen-temen sih kak, kayak mereka itu supportnya bilang, “Bisa kok, kamu itu harus kayak gini, kayak gini. Kalau saya ada masalah juga dibantu kalau ada masalah kayak gini harus kayak gini, gini terus dari kakak saya juga bilang “udah nggak papa kamu itu nanti disana bakal nyaman-nyaman sendiri sama temen-temen lainnya (Laila).

[...] Cari temen dekat yang support kak biar bisa saling mengingatkan (Putri).

[...] Aku juga ngajak temen-temen buat ngebentuk anggota generasi kayak sekretaris, bendahara sama ada penasehat juga. Nah dari situ aku mulai belajar nerima kalo aku nggak sendirian, aku belajar bareng mereka dan biar bebannya nggak aku bawa sendiri. Terus kita setiap bulan itu ada agenda rutin waktu malem minggu itu ngadain evaluasi satu angkatan, disitu kita lebih terbuka dan saling share ada permasalahan apa biar yang lain juga bisa tahu dan belajar, terus kita sama-sama cari jalan keluarnya tapi evaluasinya ini sifatnya santai nggak yang harus serius banget, ini juga jadi salah satu cara biar bisa mempererat kepedulian satu generasi (Mawar).

Strategi yang dapat disiapkan

Sebelum yakin untuk memutuskan tinggal di pesantren, terdapat beberapa hal penting menurut partisipan yang dapat dilakukan.

[...] niatnya harus tulus, ikhlas dan restu orang tua (Ilma).

[...] Harus nyiapin mental, harus kuat, terus nyiapin bekal ilmu biar nggak kayak saya belum tau bahasa arab buat percakapan sehari-hari sama tentunya

peralatan apa yang boleh dan tidak boleh dibawa (Zahra).

[...] Menyiapkan diri sebaik mungkin, segera beradaptasi, ninggalin kebiasaan yang selama ini ada di rumah (Ilma).

[...] Mandiri, lebih memperkuat mental (Putri).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa saat partisipan yang berada dalam lingkup pesantren merasakan beberapa hambatan dan kesulitan untuk dapat menyesuaikan diri dengan peraturan-peraturan yang ada serta dalam berinteraksi sosial dengan teman. Hambatan yang sering diungkapkan oleh mayoritas partisipan adalah tentang kendala bahasa dan kedisiplinan. Hasil penelitian yang ada mendukung penelitian sebelumnya dengan menyatakan bahwa perbedaan bahasa dan budaya merupakan suatu permasalahan yang dirasakan oleh individu yang bermigrasi, tidak hanya ke luar negeri namun juga dapat dirasakan oleh individu yang merantau keluar daerah dengan latar belakang dan norma yang berbeda. (Harita & Nurchayati, 2018)

Cara pandang partisipan terhadap pengalaman pertama tinggal di pesantren yaitu merasakan perbedaan baik secara individual maupun sosial. Hambatan individual dialami oleh partisipan dalam hal peraturan serta kedisiplinan yang belum dapat dipatuhi secara maksimal dikarenakan partisipan masih mengalami *culture shock* dengan kebiasaan yang ada di rumah sedangkan hambatan interaksi sosial dialami oleh partisipan ketika berbicara dan menyesuaikan budaya yang dimiliki oleh teman lainnya. Interaksi sosial atau komunikasi perlu dilakukan untuk menghindari keterasingan yang ada di lingkungan baru. (Mukarom, 2020) menyatakan bahwa tujuan komunikasi antar budaya dilakukan untuk dapat memahami perbedaan budaya yang ada, menciptakan hubungan yang sehat antar budaya, mengidentifikasi permasalahan antar budaya serta dapat meningkatkan kemampuan verbal dan non verbal bagi individu.

Kurang tepatnya komunikasi serta nada bicara yang diucapkan oleh individu akan menimbulkan kesalahpahaman yang nantinya dapat meregangkan hubungan sosial individu dan menimbulkan ketidaknyamanan antar dua belah pihak. Partisipan memahami bahwa budaya Jawa memiliki karakteristik lemah lembut dan berbicara dengan suara pelan sedangkan karakteristik budaya luar Jawa cenderung berbicara dan bertindak lebih tegas dan keras. Oleh karena itu para partisipan belajar untuk dapat

memahami berbagai karakteristik sifat dan sikap sesama individu dan menetapkan batasan agar tidak sampai terjadi kesalahpahaman. Sebagian besar partisipan menganggap teman mereka sebagai saudara, namun partisipan tetap menghargai batas *boundaries* dan kebiasaan sosial atau privasi teman mereka. (Petronio, 2002) menyatakan bahwa *boundary* merupakan suatu batasan bagi individu agar dapat menyimpan informasi pribadi yang tidak diketahui oleh orang lain. Hal tersebut menjelaskan bahwa masing-masing individu memiliki hak untuk dapat menceritakan atau menyimpan informasi pribadi yang dimilikinya.

Alasan sebagian partisipan memilih untuk tinggal di pesantren adalah karena berasal dari faktor internal seperti keinginan pribadi. Partisipan yang telah menemui kegemarannya dalam berbahasa dan ingin mengembangkan potensinya akan lebih cepat untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan yang ada di sekitarnya. Partisipan yang telah mengetahui potensi diri mereka akan lebih memiliki *self-esteem* yang tinggi dibandingkan dengan individu yang belum mengetahui potensi dan kemampuan diri mereka masing-masing. (Hidayat & Perdana, 2019) mengatakan bahwa individu yang memiliki *self-esteem* tinggi cenderung lebih antusias dan memiliki motivasi internal dalam hal belajar.

Motivasi dalam pembelajaran dibagi menjadi motivasi internal atau dorongan yang berasal dari diri sendiri dan motivasi eksternal atau dorongan yang berasal dari faktor luar. Beberapa partisipan memiliki motivasi internal karena ingin mengembangkan potensinya dan mempelajari ilmu agama lebih dalam sedangkan partisipan yang memiliki motivasi eksternal dikarenakan kemauan orang tua dan cerita pengalaman saudara.

Saat hari libur, para partisipan tidak diperbolehkan untuk pulang atau keluar dari kawasan pesantren, melainkan tetap berada di pesantren dengan kegiatan yang lebih bebas dari sebelumnya, partisipan akan menggunakan waktunya untuk beristirahat dan melakukan kegiatan lain sebagai suatu Teknik agar tidak terpikirkan rumah. Perbedaan budaya berlebih yang terdapat di lingkungan pesantren akan dapat menimbulkan *stress* bagi partisipan oleh karena itu partisipan melakukan hal yang disenangi saat hari libur sekolah agar tidak terjadi kejenuhan dan menghindari *stress*.

Kesulitan atau hambatan yang dialami para partisipan selama berada dalam lingkungan pesantren yaitu terkait adaptasi dengan peraturan dan budaya baru. Pada saat proses penyesuaian diri di lingkungan pesantren,

individu akan mengalami perbedaan budaya secara mendadak. (Sunbul & Cekici, 2018) menyatakan bahwa santri yang tinggal di lingkungan pesantren akan mengalami masalah psikologis yang disebut sebagai kondisi *homesickness*. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh (Dewi & Nurdin, 2020) santri pada tahun pertama cenderung mengalami kondisi psikologis *homesickness*, dimana kondisi ini dapat terjadi sebab santri merasa nyaman dengan suasana rumah dan santri tidak nyaman berada di lingkungan pesantren. *Homesickness* merupakan suatu kondisi yang disebabkan oleh emosi negatif dikarenakan adanya perpisahan dari suasana tempat tinggal asal yang sudah menyatu lama dengan budaya individu. Hal ini ditandai ketika individu merasa sulit untuk dapat beradaptasi pada lingkungan baru (Stroebe et al., 2015). Tinggal di lingkungan pesantren dan jauh dari rumah tidak selamanya berdampak negatif, akan tetapi hal tersebut akan menimbulkan hambatan bagi individu yang mengalami kerentanan mental, akibatnya dapat berdampak kecemasan, *stress*, efek negatif pada kesehatan bahkan depresi jika individu tidak dapat melakukan penyesuaian diri dengan lingkungannya (Biasi et al., 2018)

(Lestari, 2021) *Homesickness* pada santri di lingkungan pesantren dapat diminimalisir dengan menumbuhkan *sence of belonging*. Berdasarkan hasil wawancara pada para partisipan dapat diketahui bahwa partisipan telah melakukan penyesuaian untuk dapat berhubungan dan merasakan keterikatan di dalam lingkungan pesantren sehingga para partisipan dapat menangani dampak akibat *homesickness*. Para partisipan menyatakan jika selama di lingkungan pesantren mereka menganggap telah teman seperti saudara mereka sendiri sehingga dapat mengurangi perasaan sedih akibat teringat suasana rumah. Dalam hal ini, teman yang berada di lingkungan pesantren berfungsi untuk memberi dukungan sosial dan saling mengingatkan agar tidak melanggar peraturan yang ada.

Dalam peraturan yang ada di dalam lingkungan pesantren, terdapat hukuman yang digunakan ketika para santri melanggar. Hukuman ini salah satu bentuk pengajaran berupa tanggung jawab agar para santri dapat lebih disiplin. Hukuman diberikan kepada santri jika telah melakukan kesalahan, baik dalam kedisiplinan, bahasa dan peraturan lain di lingkungan pesantren yang bertujuan untuk memberikan efek jera pada santri sehingga tidak melakukan hal yang sama di kemudian hari. Sesuai dengan (Iskandar et al., 2021) dapat diketahui bahwa hukuman yang diterapkan dalam lingkungan pesantren dapat digunakan sebagai pembelajaran dan relevan untuk memotivasi santri sehingga dapat menciptakan kedisiplinan dan sikap yang

baik bagi para santri.

Adanya berbagai hambatan yang dialami oleh para partisipan mendorong partisipan untuk dapat menemukan strategi yang tepat agar dapat bertahan di dalam lingkungan pesantren dan mendapatkan kesejahteraan psikologis bagi individu. Para partisipan menggunakan 2 strategi untuk mengatasi masalah yang ada dalam penyesuaian diri di pesantren dengan cara mengatur sikap dan pikiran (*self-control*) serta menghadapi permasalahan secara aktif. Partisipan akan menjaga perkataan serta sikapnya sesuai dengan etika pertemanan dan menjaga agar tidak melakukan pelanggaran terhadap peraturan yang ada selain itu, partisipan akan menghadapi permasalahan secara aktif dalam peraturan berbahasa, partisipan mengatakan ia akan berusaha untuk mempelajari bahasa arab dan bahasa inggris agar dapat menyesuaikan diri dan berkomunikasi dengan teman lainnya.

Partisipan menyatakan bahwa kondisi di pesantren sangat berbeda dengan di rumah, namun para partisipan mencoba melakukan penyesuaian diri agar mendapatkan kesejahteraan psikologis agar para partisipan dapat dengan nyaman tinggal di pesantren. Tinggal di lingkungan pesantren akan sulit bagi para santri di tahun pertama karena para partisipan tidak dapat selalu mengandalkan orang tua, oleh karena itu tinggal di pesantren membutuhkan proses penyesuaian diri yang relatif cepat agar partisipan dapat memiliki banyak teman dan kegiatan sehingga dapat mempermudah proses belajar serta adaptasi yang dilakukan di pesantren.

SIMPULAN & SARAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa santri pada tahun pertama yang tinggal di dalam lingkungan pesantren mengalami berbagai hambatan dalam proses penyesuaian diri baik dari peraturan, kebiasaan, proses mencari teman serta budaya yang berlaku di daerah tersebut, namun santri di lingkungan pesantren berusaha dan mencoba melakukan proses penyesuaian diri dengan cepat dengan cara mencari teman yang dapat menjadi support system, memperbanyak kegiatan serta berusaha mengikuti peraturan yang ada agar tidak mendapatkan hukuman. Para santri memahami bahwa berinteraksi secara sosial akan dapat mengembangkan diri, mempercepat proses penyesuaian diri serta memberikan kesejahteraan psikologis selama di pesantren.

Penyesuaian diri santri di tergolong baik karena telah dapat menemukan cara agar dapat beradaptasi terhadap lingkungan baru. Para santri diharapkan dapat melatih kepercayaan diri mereka dengan melakukan *positive self*

talk agar dapat menciptakan vibrasi positif dan tercipta mindset optimis sehingga mereka dapat mengikuti peraturan yang terdapat dalam pesantren. Selain itu, para santri juga sebaiknya memilih teman yang dapat saling mendukung agar saling menguatkan satu sama lain, hal ini dikarenakan salah satu aspek yang dapat memotivasi santri selama di pesantren adalah memiliki kedekatan dan keterikatan dengan teman. Cara lain yang dapat diterapkan di dalam lingkungan pesantren adalah dengan menyediakan guru bimbingan dan konseling. Tujuan diberikannya konseling ini diharapkan agar para santri dapat memperoleh pemahaman dan mampu dengan cepat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitar sehingga siswa dapat menjalani masa pertumbuhan dan perkembangan dengan baik tanpa merasa tertekan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alase, A. (2017). The Interpretative Phenomenological Analysis (IPA): A Guide to a Good Qualitative Research Approach. *International Journal of Education and Literacy Studies*, 5(2).
<https://doi.org/10.7575/aiac.ijels.v.5n.2p.9>
- Aristya, D. N., & Rahayu, A. (2018). Penyesuaian Diri Remaja Kelas X Sma Angkasa I. *Jurnal Psikologi*, 2, 75–81.
- Cresweel, John W. (2015). Penelitian Kualitatif Dan Desain Riset. *International Journal of Physiology*, 3(1), 674. www.compas.com
- Biasi, V., Mallia, L., Russo, P., Menozzi, F., Cerutti, R., & Violani, C. (2018). Homesickness experience, distress and sleep quality of first-year university students dealing with academic environment. *Journal of Educational and Social Research*, 8(1), 9–17. <https://doi.org/10.2478/jesr-2018-0001>
- Dewi, E. M. P., & Nurdin, M. N. H. (2020). Psikoedukasi homesick santri di Ummul Mukminin Makassar. *Dedikasi*, 22(1), 15–18.
<https://doi.org/10.26858/dedikasi.v22i1.13814>
- Ekanita, A., & Putri, D. R. (2019). Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Santriwati Kelas VII Madrasah Tsanawiyah (MTS) Pondok Pesantren di Sukoharjo. *Psikologika Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 24(2), 149–154.
<https://doi.org/10.20885/psikologi.vol24.iss2.ar.t5>
- Harita, A. N. W., & Nurchayati. (2018). Interaksi Struktur dan Agency: Studi Kasus Migrasi Pendidikan Mahasiswa Perempuan Luar Jawa ke Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2), 1–10.
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/24583>
- Hetherington, T. (2009). Interpretative Phenomenological Analysis: Theory Method and Research (Book Review) (Issue January). Masni, H. (2017). Problematika Anak Dalam Penyesuaian Diri Harbeng Masni 4. *Jurnal Ilmiah Dikdaya*, 41–52.
- Hidayat, A., & Perdana, F. J. (2019). Pengaruh Self-Efficacy dan Self-Esteem Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cirebon. *Syntax Literate ; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 4(12), 1.
<https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v4i12.824>
- Iskandar, K., Khusniyah, E., & Anam, S. (2021). Relevansi Reward dan Punishment dalam Proses Pembelajaran. *Journal of Education and Religious Studies (JERS)*, 01(01).
- Lestari, M. (2021). Hubungan Antara Sense of Belonging dengan Homesickness pada Siswa Baru di Pondok Pesantren. *Jurnal Psikologi Islam*, 12(1), 39–50.
- Mukarom, Z. (2020). *Teori-teori komunikasi*. UIN Sunan Gunung Djati.
- Petronio, S. (2002). Boundaries of privacy: dialectics of disclosure. In *Choice Reviews Online* (Vol. 40, Issue 07). State University of New York Press.
<https://doi.org/10.5860/choice.40-4304s>
- Pranoto, H., Wibowo, A., & Nafiah, S. (2021). Counseling Milenial (Cm). *Counseling Miilenial*, 2(2), 9–23.
<http://scholar.ummetro.ac.id/index.php/konselor/article/view/1058>
- Rahmat, P. S. (2009). Ragam Penelitian Kualitatif. *Equilibrium*, 5, No. 9, 1–8.
<https://doi.org/10.31227/osf.io/jaxbf>
- Rahmatullah, A. S., & Purnomo, H. (2020). Kenakalan Remaja Kaum Santri Di Pesantren (Telaah Deskriptif-Fenomenologis) . *Ta'allum: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(2), 222–245.
<https://doi.org/10.21274/taalum.2020.8.2.222245>
- Stroebe, M., Schut, H., & Nauta, M. (2015). Homesickness: A systematic review of the scientific literature. *Review of General Psychology*, 19(2), 157–171.
<https://doi.org/10.1037/gpr0000037>
- Sunbul, Z. A., & Cekici, F. (2018). Homesickness in the first year college students: The role of personality and attachment styles. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 4(3), 412–420.
<https://doi.org/10.24289/ijsser.426764>
- Syafe'i, I. (2017). Pondok Pesantren : AlTadzkiyyah: *Jurnal Pendidikan Islam*, 8(1), 61–82.
- Yusra, G., & Daharnis. (2019). Students' Adaptation to Pre Puberty in University Negeri Padang's Lab-

School and its Implications in Guidance and
Counseling. Jurnal Ilmiah Konseling, 1(3), 1–6.
<https://doi.org/10.24036/00142kons2019>