

IDENTIFIKASI ASPEK PERILAKU *HOMESICK* PADA SISWA KELAS 7 PESANTREN ALAM SAYANG IBU

Sachio Bhagaskoro Ning Asshar, Zulvan Helvian Asri*
Madrasah Aliyah Sayang Ibu
Jl. Sonokeling No. 46 Dasan Geria, Lingsar, Lombok Barat, NTB

Article History

Received: 22 Januari 2026

Revised: 23 Februari 2026

Accepted: 31 Mei 2026

*Corresponding Author:

Zulvan Helvian Asri,
Madrasah Tsanawiyah Sayang
Ibu, Email:
zulhvanhelvian01@gmail.com

Abstrak: *Homesickness* merupakan perasaan rindu atau kerinduan yang mendalam terhadap rumah, keluarga atau lingkungan asal seseorang. Kondisi santri baru yang tinggal di asrama dan berada jauh dari keluarga menyebabkan mereka merasakan *homesick*. Perasaan rindu akan rumah ini apabila dibiarkan terus menerus maka akan berdampak pada timbulnya stres. Hal ini akan semakin parah apabila santri baru tidak memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri dalam mengatasi *homesickness*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk dan intensitas perilaku *homesick* pada siswa kelas 7 di Pesantren Alam Sayang Ibu dan bertujuan untuk mengidentifikasi aspek yang memengaruhi perilaku *homesick* pada siswa kelas 7 di Pondok Pesantren Alam Sayang Ibu. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Dimana peneliti akan mengamati aspek dan dampak timbulnya perilaku *homesick* pada kelas 7 Pesantren Alam Sayang Ibu. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan *kuesioner* dengan skala *homesickness* *kuesioner* Informan akan diberi kebebasan untuk menjawab pertanyaan yang disiapkan oleh peneliti setelah itu peneliti akan mengumpulkan dan menganalisis data untuk mengidentifikasi terjadinya *homesick* pada kelas 7 Pesantren Alam Sayang Ibu. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa aspek perilaku *homesick* mencakup kognitif sebesar 25%, perilaku yang mencakup 25%, fisiologi mencakup 25%, aspek emosional sebesar 16% dan bentuk sosial sebesar 9%.

Kata kunci: Homesick, Pesantren, Santri

Pendahuluan

Pesantren merupakan lembaga pendidikan berbasis agama Islam yang mengkaji secara dalam ilmu agama Islam dan pengaplikasiannya dalam kehidupan keseharian. Penyelenggaraan pendidikan di pesantren menerapkan sistem asrama (Komariah, 2016). Siswa yang menempuh

pendidikan di pesantren disebut dengan santri. Pesantren Alam Sayang Ibu menawarkan pembelajaran Islami yang intens dengan konsep *tadabbur* Al-Quran dan Riset. Kebijakan sistem asrama yang diberlakukan oleh pihak pesantren mengakibatkan siswa harus terpisah dengan keluarga, lingkungan rumah, pertemanan dan

kebiasaan sehari-hari yang membuat siswa-siswa di masa awal pembelajarannya sulit beradaptasi. Keadaan ini disebut dengan *homesick*.

Homesickness merupakan suatu reaksi emosi yang terjadi secara spontan yang dapat dirasakan oleh orang dewasa maupun anak-anak disebabkan karena terpisahnya individu tersebut dari rumah, orang tua, serta suatu objek tertentu, sehingga membutuhkan waktu untuk individu tersebut bisa beradaptasi dengan lingkungan yang baru ditempati. (Wafiq, 2023), dari pengertian ini dapat disimpulkan bahwa *homesickness* adalah suatu keadaan dimana seseorang merasakan kesedihan sebab rindu pada lingkungan yang telah ditinggali sebelumnya.

Sebagian santri ada yang mampu menahan rasa rindu terhadap rumahnya dan mampu melakukan aktivitas normal seperti biasanya di lingkungan barunya. Namun terdapat juga santri yang kesulitan melewati fase ini. Santri yang merasa *homesick* biasanya memutuskan untuk pulang bahkan menyerah di tahun pertamanya sehingga melupakan semua tujuan atau harapannya menjadi santri di pondok pesantren. Permasalahan *homesickness* ini harus diatasi karena dampaknya sangat luas dan tidak hanya mengganggu.

Penelitian yang dilakukan oleh Shasra

(2022) dalam penelitian W. Fajrin dan M. Yasmin (2023) menyatakan bahwa siswa baru di pondok pesantren mengalami *homesickness* sebesar 68,6%. Yasmin et al. (2018) juga menyatakan sebanyak 81,41% santri mengalami *homesickness*. Hal serupa nyatanya juga ditemukan oleh [] dimana 94% santri mengalami *homesickness* pada tahun pertama.

Dari pernyataan di atas penelitian tentang *homesick* sangat penting untuk diteliti dan diketahui agar siswa merasa nyaman dan efektif belajar selama di lingkungan pesantren. Oleh karena itu peneliti memilih akan mengerjakan riset berjudul Identifikasi Aspek Perilaku *Homesick* Pada Siswa Kelas 7 Pesantren Alam Sayang Ibu.

Rumusan Masalah

Bagaimana aspek perilaku *homesick* yang dialami siswa kelas 7 Pesantren Alam Sayang Ibu?

Tujuan penelitian

Untuk mengetahui aspek perilaku *homesick* pada siswa kelas 7 Pesantren Alam Sayang Ibu.

Manfaat Penelitian

Memberikan informasi penting yang dapat digunakan untuk merancang program

pencegahan atau penanganan perilaku *homesick* di kalangan siswa.

Metode Penelitian

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Dimana peneliti akan mengidentifikasi aspek perilaku *homesick* pada kelas 7 Pesantren Alam Sayang Ibu. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kertas angket dengan skala *homesickness*. Informan akan diberi kebebasan untuk menjawab pernyataan yang disiapkan oleh peneliti setelah itu peneliti akan mengumpulkan dan menganalisis data untuk mengidentifikasi terjadinya *homesick* pada kelas 7 Pesantren Alam Sayang Ibu.

Waktu dan Tempat

Penelitian ini dilakukan di Pesantren Alam Sayang Ibu pada bulan Mei 2025 sampai Juni 2025

Pemilihan Informan

Informan yang tepat untuk penelitian ini adalah siswa-siswa kelas 7 Pesantren Alam Sayang Ibu sebanyak 37 siswa, guna mengumpulkan dan menganalisis data untuk mengidentifikasi terjadinya *homesick* pada kelas 7 Pesantren Alam Sayang Ibu. Adapun daftar informannya sebagai berikut:

No	Nama	L/P
1	Aisyah Hidayati	P
2	Alilasakha Azkia Fratama	P
3	Arsyila Ayunindya Zhafira	P
4	Ataullah Zarazin Mirham	L
5	Azzahra Zeisha Fatihah	P
6	Baiq Salma Husna Aisyah	P
7	Bima Adwin Saputra	L
8	Danish Aqil Mayza	L
9	Dyantari Almara Anindya	P
10	Ghassani Nisa Solehah	P
11	Ghiza Putri Andin	P
12	Iara Nandira Fitri	P
13	Keysha Aqilah Muliawan	P
14	Khaela Putri	P
15	Khanza Caressa Azkadina	P
16	Lalu Abiwara Ahza Padilah	L
17	Lalu Muhammad Alfath Dzikri	L
18	Lalu Muhammad Kenzo Abqary	L
19	Lingga Mahardika Putra	L
20	M. Gibran Zia Ramadhan	L
21	Mayza Rahmawati	P
22	Meliana Safitri	P
23	Mozha Durrani Darmawan	P
24	Muhammad Abduh	L
25	Muhammad Affan Rosyidin	L
26	Muhammad Afifuddin	L
27	Muhammad Dannis Sirajuddin	L
28	Radja Syafiiq Athaya	L
29	Rahima Nur Ardhiya	P
30	Rasya Abdillah Nur Fatta	L
31	Ratu Aura Cattleya Ramadhani	P
32	Rizki Aditya Maulana	L
33	Sakina Amanina	P
34	Sakinah Wafatunnisa	P
35	Siti Adfia Savana Rahmat	P
36	Vidi Ahmad Amri	L

Prosedur Penelitian

1. Menyiapkan pernyataan penelitian
2. Menguji pernyataan penelitian pada 10 siswa
3. Menyebarkan kertas angket pada

Informan penelitian sebanyak 37 siswa

4. Mengumpulkan data hasil informan
5. Menganalisis data yang terkumpul
6. Membuat hasil analisis data

Indikator Kuesioner

Aspek	Indikator	Item
Emosional	Menggambarkan reaksi emosional siswa terhadap perpisahan rumah dan keluarga	2, 5, 9
Kognitif	Mencerminkan pikiran atau fokus siswa yang tertuju pada rumah atau orang tua	1, 4, 10
Perilaku	Menunjukkan tindakan nyata yang berkaitan dengan kerinduan terhadap rumah	6, 14, 15
Fisiologis	Respon tubuh yang berkaitan dengan kondisi emosional karena <i>homesick</i>	11, 12, 13
Sosial	Kemampuan siswa dalam menjalin relasi sosial dan lingkungan baru	3, 7, 8

Angket penelitian

Nama:

Umur:

Jenis kelamin:

No	Pernyataan	S	S	T	S
1	Saat saya ingin tidur atau sebelum tidur saya merindukan rumah atau keluarga				
2	Saat saya sedih. Saya berkeinginan untuk pulang				

3	Saya merasa kesulitan beradaptasi pada bulan pertama di pesantren				
4	Saya sulit berkonsentrasi saat belajar jika masih memikirkan rumah				
5	Saya menjadi pendiam dan tidak ingin berinteraksi dengan teman-teman sekitar				
6	Saya merasa malas beraktivitas jika merindukan rumah				
7	Saat saya merasa sedih. Saya memilih untuk melakukan kegiatan positif untuk mengisi waktu luang				
8	Kegiatan di pesantren membantu saya mengurangi rindu kepada keluarga di rumah				
9	Saya merasa dukungan dari teman-teman pesantren membantu saya mengurangi rasa rindu saya terhadap keluarga				
10	Saya merasa semakin mudah mengatasi rasa rindu kepada keluarga setelah tinggal lebih lama di pesantren				
11	Saya kehilangan nafsu makan Ketika di pesantren				
12	Saya sulit tidur saat pertama kali di pesantren				
13	Saya merasa cepat Lelah meskipun tidak banyak kegiatan di pesantren				
14	Saya pernah tidak mengikuti kegiatan di pesantren karena merasa tidak nyaman				
15	Saya pernah meminta izin untuk pulang karena rindu dengan rumah				

Analisis Data

Dalam mengidentifikasi bentuk homesick santri kelas 7 di pesantren, peneliti menggunakan rata-rata persentase per aspek (skor persentase) dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{Persentase Capaian} = \left(\frac{\text{Skor Rata-rata Aspek}}{\text{Skor Maksimal Aspek}} \right) \times 100$$

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi aspek perilaku *homesick* pada siswa baru kelas 7 di Pesantren Alam Sayang Ibu. Data dikumpulkan

menggunakan kuesioner dengan skala likert 4 poin yang terdiri dari 15 butir pernyataan. Pernyataan tersebut dibagi berdasarkan 5 aspek, yaitu: emosional, kognitif, perilaku, fisiologi, dan sosial.

Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 37 santri. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dalam bentuk rata-rata (mean) dan kategori Tingkat (rendah-sedang-tinggi) untuk mengidentifikasi masing-masing aspek *homesick*. berikut adalah hasil perhitungan skor rata-rata dari masing-masing aspek.

Aspek	Emosional	Kognitif	Perilaku	Fisiologi	Sosial
Pernyataan	P2, P5, P9	P1, P4, P10	P6, P14, P15	P11, P12, P13	P3, P7, P8
Skor maksimal per aspek	12	12	12	12	12
Skor total	2	3	3	3	1
Kategori	Pernah merasa homesick namun dapat beradaptasi dengan cepat.	Homesick yang tidak terlalu parah.	Homesick yang tidak terlalu parah.	Homesick yang tidak terlalu parah.	Tidak pernah merasa homesick sama sekali.
Persentase	16%	25%	25%	25%	9%
Jumlah santri per kategori (R/S/T)	4/24/9	4/12/21	0/19/18	0/13/24	3/26/8

*Skor terendah 1, skor tertinggi 12.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa aspek kognitif, perilaku, dan fisiologi

mendapatkan hasil kategori *homesick* yang tidak terlalu parah, emosional memperoleh kategori *homesickness* ringan dan sosial memiliki kategori *homesickness* terendah.

Temuan ini memberikan gambaran mengenai kondisi *homesick* santri kelas 7 di Pesantren Alam Sayang Ibu.

Aspek kognitif berkaitan dengan isi pikiran siswa yang selalu terarah ke rumah, keluarga, dan kehidupan sebelumnya. Skor tinggi pada aspek ini menunjukkan bahwa banyak santri masih terikat secara mental dan emosional dengan rumah, sering memikirkan suasana rumah dan mengalami kesulitan berkonsentrasi selama berada di pesantren. Hal ini sesuai dengan teori kognitif *appraisal* dari Lazarus (1991) yang menyatakan bahwa persepsi individu terhadap perpisahan dan lingkungan baru akan mempengaruhi emosinya. Dalam konteks ini ketidaknyamanan kognitif merupakan reaksi awal terhadap perpindahan ke lingkungan baru yang berbeda dari kebiasaan mereka.

Aspek perilaku mencerminkan tindakan yang dilakukan siswa sebagai bentuk respon pada perasaan rindu, seperti menyendiri, menghubungi keluarga, atau menolak mengikuti kegiatan. Skor tinggi pada aspek ini menunjukkan bahwa *homesickness* yang dialami siswa sudah menjadi perilaku nyata yang mengganggu proses adaptasi. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh N. Aswati dan R. Rifani (2024) yang menyebutkan individu cenderung mengembangkan perilaku pelarian atau

penghindaran ketika menghadapi tekanan psikologis. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum menemukan mekanisme penyesuaian yang sehat.

Aspek fisiologis meliputi respon tubuh yang muncul akibat tekanan emosional, seperti sulit tidur, hilang nafsu makan, dan keluhan fisik tanpa sebab medis yang jelas. Skor tinggi pada aspek ini mengidentifikasi bahwa *homesick* sudah menimbulkan dampak psikosomatik yang nyata. Respon tubuh seperti ini merupakan bentuk konversi dari tekanan emosional menjadi gejala fisik, ini menjadi perhatian penting karena jika tidak ditangani, bisa mengganggu kesehatan aktivitas belajar santri.

Aspek emosional berhubungan dengan perasaan seperti sedih, cemas, dan kehilangan semangat. Meskipun banyak siswa mengalami gejolak emosional di awal masa tinggal di pesantren, skor kategori sedang menunjukan bahwa secara umum mereka mulai beradaptasi secara emosional. Hal ini menunjukkan adanya koping awal yang mulai berkembang. Temuan ini sedikit berbeda dari hasil penelitian oleh E. Sabila U. Muksin S. Miharja (2022) yang menyatakan bahwa gejala emosional muncul paling telat di awal perpisahan. Kemungkinan besar peran guru BK, coach kelas, teman sebaya,

atau rutinitas kegiatan pesantren ikut berkontribusi dalam meredakan tekanan emosional siswa.

Aspek sosial mencakup kemampuan siswa dalam membangun relasi sosial, keakraban dengan teman, dan rasa diterima dengan lingkungan baru. Skor kategori sedang pada aspek ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian siswa masih mengalami kesulitan dalam bersosialisasi, ada pula yang membaaur. Hal ini menunjukkan proses adaptasi sosial yang berjalan bertahap. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh W. Fajrin dan M. Yasmin (2023) adaptasi sosial tidak hanya bergantung pada individu, tetapi juga dukungan lingkungan sekitar. Kegiatan kelompok, pembiasaan kelompok, dan bimbingan dari guru atau pengasuh dapat mempercepat penyesuaian ini.

Kesimpulan

Secara keseluruhan, temuan ini menunjukkan bahwa *homesickness* pada santri kelas 7 Pesantren Alam Sayang Ibu lebih banyak terwujud dalam bentuk aspek pikiran yang mengganggu (kognitif) dengan persentase 25%, tindakan pelarian (perilaku) dengan persentase 25%, keluhan fisik (fisiologis) dengan persentase 25% dan perasaan sedih (emosional) dengan persentase 16%. Dibandingkan keterasingan

sosial dengan persentase 9% yang tidak pernah terwujud sama sekali.

Saran

Bagi pihak pesantren penting untuk memperhatikan tanda-tanda perilaku *homesick* yang muncul pada santri dan memaksimalkan program *coaching* sebagai pendampingan bagi santri baru terutama pada masa awal-awal adaptasi.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan metode kualitatif agar dapat menggali lebih dalam pengalaman subjektif santri tentang *homesick*, serta mengevaluasi efektivitas program adaptasi yang diterapkan di pesantren.

Daftar Pustaka

- E. Sabila U. Muksin S. Miharja. (2022). Bimbingan Individu Bagi Santri *Homesick* (Penelitian Pada Kelas VI Pondok Pesantren Modern Asy Syifa, Desa Tambakmekar, Kecamatan Jalan Cagak, Kabupaten Subang. *Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam*. Volume 10, Nomor 2, 2022, 137-154.
- M Lestari (2021) Hubungan Antara *Sense of Belonging* dengan *Homesickness*

- pada siswa baru di Pondok Pesantren.
Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam.
Volume 12, No 1, Maret 2021, hlm
39-50.
- N. Aswati dan R. Rifani. (2024). *Hubungan Self Compassion dengan Homesickness pada Remaja (Santri) Tahun Pertama di IMMIM Makassar*. *JKRI: Jurnal Kesehatan Republik Indonesia*. Vol. 1, No. 10, Oktober 2024, Hal 212-224.
- Stroebe, M., Schut, H., & Nauta, M. (2016). *Homesickness: A systematic review of the scientific literature. Review of General Psychology*, 19(2), 157–171.
<https://doi.org/10.1037/gpr0000003>
- W Fajrin dan M. Yasmin (2023) *The Relationship Between Self-Efficacy and Homesickness in New Students in the Islamic Boarding School Environment*. ISSN: 2685-9092 (Online). Vol. 5 No. 2 (November 2023).
- Yasmin, M. (2018). Pengaruh *locus of control* dan dukungan sosial teman sebaya terhadap *homesickness* pada Remaja di lingkungan pesantren. Tesis. 1189.