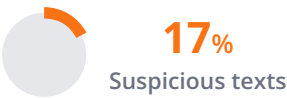


Artikel Skripsi_Lidya Ismalya_222030100114_BAB

ID : dcbc59a22255c5779d9f8cde24bb550877f9254e



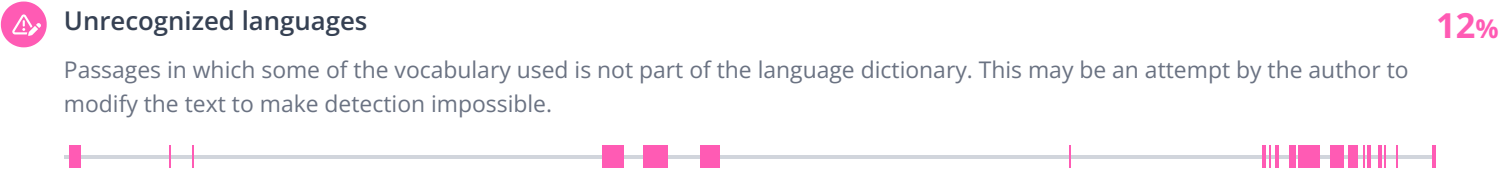
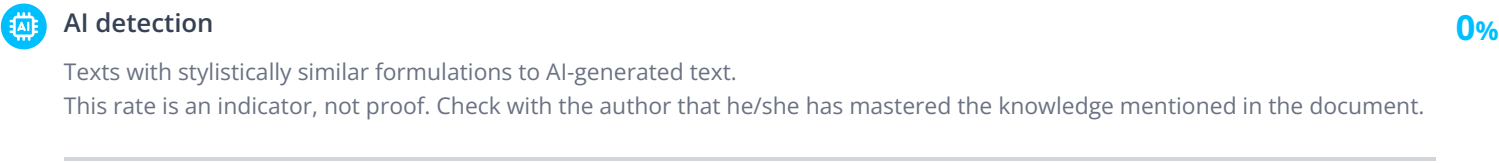
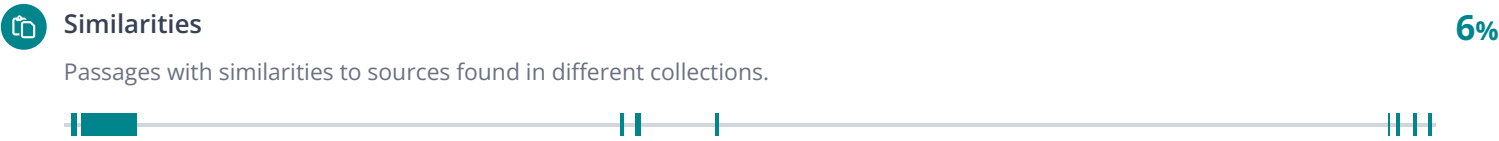
File name : Artikel Skripsi_Lidya Ismalya_222030100114_BAB.txt Original file size : 2.77 MB Number of words : 4,273	Submitter : UMSIDA Perpustakaan Submission date : July 15, 2026 Upload type : interface analysis end date : July 15, 2026
--	---

 Summary (section 1/3)

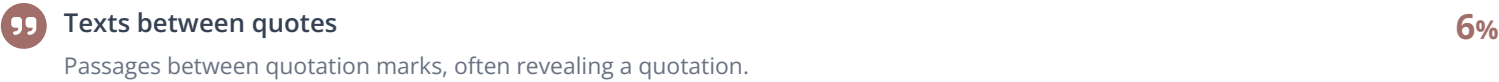
Location of suspect texts in the document :



Included in the suspicious text score :



Not included in the percentage of suspicious texts :

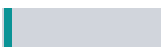


 **Similarities** 6%

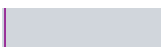
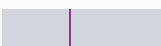
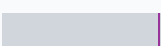
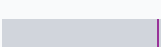
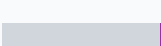
Passages with similarities to sources found in different collections.



Main source detected

No.	Description		Similarities	Locations
1		archive.umsida.ac.id archive.umsida.ac.id/index.php/archive/preprint/download/7023/50354... ↗	4%	

Source with incidental similarities

No.	Description		Similarities	Locations
2		13524 Artikel-Ilmiah (26) #2c17b9 🔒 Comes from my group	<1%	
3		Document from another user #deae4f 🔒 Comes from another group	<1%	
4		Kontribusi mindfulness terhadap Pesantren Adjustment etheses.uin-malang.ac.id/79573/7/210401110226.pdf ↗	<1%	
5		Hubungan antara Dukungan Sosial Wali Kamar dengan... acopen.umsida.ac.id/index.php/acopen/article/view/12396 ↗	<1%	
6		Document from another user #98eeb5 🔒 Comes from another group	<1%	
7		Personal Adjustment Santri Scale (PASS): Pengembangan... doi.org/10.32939/ijcd.v7i1.5541 ↗	<1%	
8		HUBUNGAN ANTARA HOMESICKNESS DAN MOTIVASI DENGAN... digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/75788/1/22107010128_BAB-I_IV-atau-V_... ↗	<1%	
9		Hubungan Dukungan Sosial Dan Loku... preview & related info ... www.mendeley.com/catalogue/f84795c1-6596-32f1-b013-cdba25c44e87/ ↗	<1%	

[Hubungan antara Self-Adjustment dan Internal Locus of Control dengan Homesickness pada Santri Putri Tahun Pertama SMPIT di Darul Fikri Sidoarjo]

Lidya Ismalya1), Effy Wardati Maryam2)

1)Program Studi Psikologi, Universitas muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

2)Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

lidyaismalya2@gmail.com 1), effywardati@umsida.ac.id 2)

Page | 1

10 | Page

Page | 11

Copyright © Author. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (CC BY). The use, distribution or reproduction in other forums is permitted, provided the original author(s) and the copyright owner(s) are credited and that the original publication in this journal is cited, in accordance with accepted academic practice. No use, distribution or reproduction is permitted which does not comply with these terms.

Copyright © Author. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (CC BY). The use, distribution or reproduction in other forums is permitted, provided the original author(s) and the copyright owner(s) are credited and that the original publication in this journal is cited, in accordance with accepted academic practice. No use, distribution or reproduction is permitted which does not comply with these terms.

Copyright © Author. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (CC BY). The use, distribution or reproduction in other forums is permitted, provided the original author(s) and the copyright owner(s) are credited and that the original publication in this journal is cited, in accordance with accepted academic practice. No use, distribution or reproduction is permitted which does not comply with these terms.

Abstract. *First-year female students at the pesantren face a tough time adjusting to the new environment because they are moving from their homes to the dormitory. Homesickness, which is feeling missing home, having trouble adjusting, and losing an important role model, often comes up and can interfere with learning, lower psychological well-being, and increase the risk of dropping out of school. This study aims to examine the relationship between self-adjustment and internal locus of control with homesickness among first-year female students at SMPIT Darul Fikri Sidoarjo. The research uses a quantitative approach with a correlational cross-sectional design. A total of 38 students were selected from a population of 40 using the saturation sampling technique, based on the table from Isaac & Michael at a 1% error level. Menggunakan skala Likert yang mengukur ketiga variabel data dikumpulkan. The homesickness scale is adapted from Safira (2024) based on the theory by Archer et al. (1998), while the self-adjustment and internal locus of control scales are developed based on relevant theories. Data analysis was conducted using Pearson correlation and multiple linear regression through SPSS. The results of this study are expected to contribute to the development of psychological intervention strategies in Islamic boarding schools to reduce homesickness and support better student adaptation.*

Keywords - *Homesickness, Relationship Self Adjustment, Internal Locus of Control, Student*

Abstrak. *Santri putri tahun pertama di pesantren menghadapi tantangan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru yang berbeda karena harus pindah dari rumah ke asrama. Rindu rumah, kesulitan beradaptasi, dan kehilangan tokoh penting sering terjadi dan bisa mengganggu belajar, membuat perasaan tidak nyaman, serta meningkatkan kemungkinan mengundurkan diri dari sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self-adjustment dan internal*

locus of control dengan rasa rindu terhadap rumah pada santri putri tahun pertama di SMPIT Darul Fikri Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional dan bersifat cross-sectional. Dari total populasi 40 orang, diambil 38 santri menggunakan teknik sampling jenuh berdasarkan tabel Isaac & Michael dengan tingkat kesalahan 1%. Data dikumpulkan dengan menggunakan skala Likert untuk mengukur ketiga variabel tersebut. Skala rindu diadaptasi dari Safira (2024) berdasarkan teori Archer dkk. (1998), sedangkan skala penyesuaian diri dan locus of control internal dibuat berdasarkan teori yang relevan. Analisis data dilakukan dengan menggunakan metode korelasi Pearson dan regresi linear ganda melalui software SPSS. Hasil penelitian diharapkan memberikan kontribusi bagi pengembangan strategi intervensi psikologis di lingkungan pesantren untuk mengurangi homesickness dan mendukung adaptasi santri yang lebih baik.

Kata Kunci – Rindu Rumah, Hubungan Penyesuaian Diri, Kendali Locus Internal, Santri

I. Pendahuluan

Pendidikan di pesantren merupakan proses belajar yang unik karena mengintegrasikan pendidikan agama, akademik, dan kehidupan asrama secara simultan. Santri, sebagai peserta didik di lingkungan pesantren, dihadapkan pada berbagai tantangan adaptasi ketika memasuki lingkungan baru ini, terutama santri putrid tahun pertama yang baru bertransisi dari kehidupan keluarga di rumah ke sistem asrama yang sarat dengan disiplin, rutinitas padat, dan interaksi sosial yang berbeda [1], [2]. Proses belajar di pesantren menuntut santri untuk cepat menyesuaikan diri dengan aturan ketat, kegiatan ibadah berjamaah, serta kehidupan kolektif yang jauh dari pengawasan orang tua. Tantangan tersebut seringkali memicu kesulitan adaptasi awal, salah satunya berupa homesickness atau perasaan rindu rumah yang dapat mengganggu konsentrasi belajar dan kesejahteraan psikologis santri [3], [4]. Jika tidak ditangani dengan baik, kondisi ini berpotensi menghambat proses pendidikan santri di pesantren.

Homesickness merupakan kondisi emosi negatif yang muncul akibat perpisahan individu dari lingkungan rumah, keluarga, dan rutinitas yang familiar ketika memasuki lingkungan asrama pesantren [5], [6]. Penyebab utama homesickness pada santri baru meliputi keterpisahan fisik dari orang tua, minimnya kesempatan bertemu keluarga, perubahan rutinitas harian yang drastis, serta kesulitan beradaptasi dengan budaya dan disiplin pesantren yang berbeda dari kehidupan di rumah [4], [7]. Akibat yang ditimbulkan dapat bersifat multidimensi, mulai dari gejala emosional seperti rasa rindu yang mendalam, kesepian, cemas, dan mudah menangis, hingga dampak pada aspek perilaku dan akademik berupa penurunan konsentrasi belajar, penurunan motivasi, gangguan tidur, serta penurunan prestasi sekolah [8], [9]. Jika dibiarkan berlanjut, homesickness berpotensi menimbulkan masalah psikologis yang lebih serius, seperti stress berkepanjangan, depresi ringan, hingga meningkatkan risiko santri mengalami putus sekolah atau keluar dari pesantren sebelum waktunya.

Menurut teori Archer et al. yang banyak diadopsi dalam penelitian Indonesia, homesickness didefinisikan sebagai perasaan tidak nyaman, kesepian, dan gangguan adaptasi yang timbul akibat perpisahan dari rumah dan figure keterikatan [10]. Homesickness memiliki beberapa aspek utama, yaitu aspek kognitif (pikiran yang terus-menerus tentang rumah dan keinginan untuk pulang), aspek emosional (perasaan rindu, sedih, cemas, dan marah), aspek perilaku (penarikan diri, apatis, kurang inisiatif, dan kesulitan bersosialisasi), serta aspek somatik (gangguan tidur, nafsu makan menurun, dan gejala fisik lainnya) [11], [12]. Ciri-ciri yang paling sering muncul pada santri putri tahun pertama adalah merindukan keluarga, merasa asing dengan lingkungan baru, kesulitan beradaptasi dengan rutinitas asrama, serta perasaan kehilangan figure signifikan seperti orang tua [13], [14]. Aspek-aspek tersebut saling berkaitan dan jika tidak ditangani dapat memperburuk kondisi psikologis santri selama masa awal pendidikan di pesantren.

Urgensi penelitian ini semakin tinggi mengingat homesickness yang dialami santri putri tahun pertama tidak hanya memengaruhi kesejahteraan psikologis individu, tetapi juga berdampak pada proses pendidikan di pesantren secara keseluruhan. Jika kondisi ini tidak ditangani dengan baik, homesickness dapat menyebabkan penurunan prestasi akademik, rendahnya motivasi belajar, serta meningkatkan risiko santri mengalami putus sekolah atau keluar dari pesantren sebelum menyelesaikan pendidikannya [3], [8]. Di era pendidikan pesantren modern yang semakin menekankan kualitas dan keberlanjutan pendidikan, pemahaman terhadap faktor-faktor yang dapat mengurangi homesickness menjadi sangat penting. Oleh karena itu, penelitian yang mengkaji hubungan self-adjustment dan internal locus of control dengan homesickness pada santri putri tahun pertama diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam menyusun strategi intervensi psikologis yang tepat sasaran, sehingga mendukung adaptasi yang lebih baik dan

keberhasilan pendidikan santri di lingkungan pesantren.

Peneliti melakukan survei awal terhadap beberapa santri putri kelas VII di SMPIT Darul Fikri Sidoarjo dan menemukan tanda-tanda rasa kangen pada santri-santri tahun pertama. Dengan wawancara singkat, sebagian besar santri menyampaikan rasa rindu yang sangat dalam terhadap orang tua dan keluarga, kesulitan tidur di malam hari, penurunan semangat belajar, serta perasaan tidak nyaman tinggal di asrama [4], [8]. Beberapa santri merasa ingin pulang karena merasa sedih dan kesepian, serta sulit menemukan teman dekat di lingkungan yang baru. Fenomena ini sejalan dengan temuan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa santri baru di pesantren sering mengalami homesickness pada kategori sedang hingga tinggi di awal masa adaptasi [15], [3]. Hasil survey awal ini memperkuat pentingnya dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang dapat membantu mengurangi homesickness pada santri putri tahun pertama.

Homesickness pada santri putri tahunpertamadipengaruhi oleh berbagaifaktor internal dan eksternal. Faktor internal yang utamameliputi self-adjustment (penyesuaian diri) dan internal locus of control. Self-adjustment merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi secara pribadi, sosial, dan akademik dengan tuntutan lingkungan pesantren yang baru [1], [2]. Sementara itu, internal locus of control adalah keyakinan bahwa individu mampu mengendalikan kehidupannya melalui usaha dan keputusan pribadi, bukan karena factor eksternal [15]. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa semakin tinggi self-adjustment dan internal locus of control, semakin rendah tingkat homesickness yang dialami santribaru [16], [15]. Di sisi lain, factor eksternal seperti dukungan social dari teman sebaya, pembina asrama, dan frekuensi kunjungan orang tua juga turut memengaruhi intensitas homesickness. Kombinasi faktor internal yang kuat dapat menjadi protektor yang efektif dalam membantu santri mengatasi tantangan adaptasi di lingkungan pesantren.

Meskipun beberapa penelitian telah membahas homesickness pada santri baru di pesantren, kajian yang secara khusus menguji hubungan antara self-adjustment dan internal locus of control secara bersama-sama terhadap homesickness pada santri putri tahun pertama SMP masih terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih fokus pada variabel tunggal, seperti hubungan self-compassion dengan homesickness [3], pengaruh penyesuaian diri terhadap homesickness [16], atau hubungan internal locus of control dengan homesickness pada santri baru [15]. Selain itu, penelitian yang ada umumnya dilakukan pada santri campuran laki-laki dan perempuan atau pada tingkat pendidikan yang lebih tinggi. Penelitian ini memiliki originalitas karena mengkaji dua variable protektif sekaligus (self-adjustment dan internal locus of control) pada kelompok spesifik santri putri tahun pertama, sehingga diharapkan dapat mengisi kekosongan kajian dan memberikan kontribusi yang lebih targeted bagi intervensi psikologis di lingkungan pesantren.

II. METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santri putri kelas VII (tahun pertama) di yang berjumlah 40 orang. Sampel penelitian diambil secara keseluruhan menggunakan teknik sampling jenuh (saturated sampling) sebanyak 38 santri putri. Penentuan jumlah sampel ini didasarkan pada tabel Isaac and Michael (1995) dengan taraf kesalahan 1% [17]. Teknik sampling jenuh dipilih karena ukuran populasi relative kecil, sehingga seluruh anggota populasi yang memenuhi kriteria dapat dijadikan sampel penelitian. Dengan demikian, sampel penelitian dianggap dapat mewakili karakteristik populasi secara keseluruhan.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran angket atau kuesioner dengan menggunakan skala Likert. Instrumen penelitian terdiri dari tiga skala, yaitu skala self-adjustment yang diadaptasi dari Cahyaningrum (2025) sebanyak 22 item dengan reabilitas 0.865, skala internal locus of control yang diadaptasi dari Nursafitri et al (2024) sebanyak 20 item dengan reabilitas 0.755, dan skala homesickness diadaptasi dari Safira (2024) yang mengacu pada teori Archer et al. (1998) dalam Derivation of a Homesickness Scale sebanyak 20 item dengan reabilitas 0.762. Menurut Archer et al. (1998) [10], homesickness merupakan reaksi pemisahan yang melibatkan perasaan tidak nyaman, kesepian, dan gangguan adaptasi akibat kehilangan lingkungan rumah serta figure keterikatan [10]. Skala ini mengukur berbagai aspek homesickness, termasuk aspek kognitif, emosional, perilaku, dan somatik. Instrumen lainnya disusun berdasarkan teori relevan dan telah melalui uji validitas serta reliabilitas sebelum disebar. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan korelasi Pearson dan regresi linier berganda dengan bantuan software SPSS.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

Tabel 1. Uji Normalitas



6



3



One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Unstandardized Residual	
N		38	
Normal Parameters ^{a,b}		Mean	0,0000000
		Std. Deviation	2,68917346
Most Extreme Differences		Absolute	0,120
		Positive	0,120
		Negative	-0,075
Test Statistic		0,120	
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		0,179	
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^d		Sig.	0,173
		99% Confidence Interval	Lower Bound 0,163
			Upper Bound 0,182
a. Test distribution is Normal.			
b. Calculated from data.			
c. Lilliefors Significance Correction.			
d. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.			

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov, diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,179. Karena nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,179 > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi normalitas dalam penelitian ini telah terpenuhi sehingga analisis statistik parametrik dapat digunakan.

Tabel 2. Uji Linearitas

ANOVA Table							
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.		
HS * SA	Between Groups	(Combined)	119,912	16	7,495	1,001	0,490
		Linearity	5,357	1	5,357	0,716	0,407
		Deviation from Linearity	114,555	15	7,637	1,020	0,473
	Within Groups	157,167	21	7,484	.	.	
	Total	277,079	37	.	.	.	

ANOVA Table					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
.					

HS * ILoC	Between Groups	(Combined)	110,529	13	8,502	1,225	0,321
		Linearity	3,071	1	3,071	0,443	0,512
		Deviation from Linearity	107,458	12	8,955	1,290	0,286
	Within Groups	166,550	24	6,940	.	.	
	Total	277,079	37				

Berdasarkan hasil uji linearitas antara HS dan SA, diperoleh nilai signifikansi pada Deviation from Linearity sebesar 0,473. Karena nilai tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,473 > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel HS dan SA bersifat linear. Dengan demikian, asumsi linearitas telah terpenuhi. Sedangkan, berdasarkan hasil uji linearitas antara HS dan LoC, diperoleh nilai signifikansi pada Deviation from Linearity sebesar 0,286. Karena nilai tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,286 > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel HS dan LoC bersifat linear. Dengan demikian, asumsi linearitas telah terpenuhi. Secara keseluruhan, kedua variabel independen (SA dan LoC) memiliki hubungan yang linear dengan variabel dependen (HS), sehingga analisis lanjutan dapat dilakukan.

Tabel 3. Uji Korelasi

Correlations				
.	Y1	X2	X1	
Y1	Pearson Correlation	1	-.573**	-.501**
	Sig. (2-tailed)	.	0,000	0,001
	N	38	38	38
X2	Pearson Correlation	-.573**	1	.365*
	Sig. (2-tailed)	0,000	.	0,024
	N	38	38	38
X1	Pearson Correlation	-.501**	.365*	1
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,024	.
	N	38	38	38
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).				
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).				

Berdasarkan hasil uji korelasi Pearson, diperoleh bahwa variabel Y1 memiliki korelasi negatif sedang dan signifikan dengan X2 ($r = -0,573$, $p < 0,001$) serta dengan X1 ($r = -0,501$, $p = 0,001$). Korelasi negatif ini mengindikasikan bahwa semakin Tinggi tingkat X1 dan X2, semakin Rendah nilai Y1. Sementara itu, antara X2 dan X1 terdapat korelasi positif yang signifikan meskipun kekuatannya lemah ($r = 0,365$, $p = 0,024$). Artinya, kedua variabel tersebut cenderung bergerak searah. Semua korelasi di atas signifikan pada taraf $\alpha = 0,05$ (bahkan sebagian besar pada $\alpha = 0,01$).

B. PEMBAHASAN

Penelitian ini menemukan hubungan negatif yang signifikan antara self-adjustment dan internal locus of control dengan homesickness pada santri putri tahun pertama [18]. Temuan ini mengindikasikan bahwa kedua faktor psikologis tersebut berperan sebagai protektor yang dapat mengurangi intensitas gejala homesickness di lingkungan pesantren.

Self-adjustment memiliki hubungan negatif sedang dengan homesickness ($r = -0,501$). Hal ini sesuai dengan konsep penyesuaian diri yang mencakup tiga aspek utama, yaitu penyesuaian pribadi, sosial, dan akademik. Santri yang mampu menyesuaikan diri dengan rutinitas asrama, disiplin pesantren, serta interaksi dengan teman dari berbagai daerah akan lebih mudah mengatasi perasaan rindu rumah, kesepian, dan kesulitan beradaptasi [19]. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya di lingkungan pesantren yang menemukan hubungan negatif signifikan antara penyesuaian diri

dengan homesickness [16], [18]. Temuan mengenai hubungan negatif antara self-adjustment dan homesickness menunjukkan bahwa kemampuan penyesuaian diri tidak hanya berfungsi sebagai respons terhadap perubahan lingkungan, tetapi juga menjadi sumber daya psikologis yang membantu santri menghadapi transisi kehidupan di pesantren. Penyesuaian diri pada konteks santri dipahami sebagai proses multidimensi yang mencakup penerimaan terhadap lingkungan baru, kemampuan membangun relasi sosial, pengelolaan emosi, serta kemampuan mengikuti aturan dan tuntutan kehidupan asrama [23]. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penyesuaian diri santri dipengaruhi oleh motivasi internal, dukungan keluarga, dan lingkungan pesantren sehingga keberhasilan adaptasi tidak muncul secara otomatis, tetapi melalui proses yang berlangsung secara bertahap [22]. Selain itu, keterampilan sosial juga berkontribusi terhadap kemampuan penyesuaian diri karena membantu santri membangun rasa nyaman dan keterikatan terhadap lingkungan baru [24]. Temuan ini juga didukung oleh penelitian Mulyati dkk. yang menunjukkan bahwa kemampuan penyesuaian diri berkaitan dengan kesejahteraan psikologis santri di lingkungan pesantren. Santri yang memiliki penyesuaian diri yang baik cenderung mampu mengelola tekanan adaptasi secara lebih efektif sehingga risiko mengalami homesickness menjadi lebih rendah [25]. Dengan demikian, semakin baik kemampuan santri putri dalam menyesuaikan diri, semakin kecil kemungkinan munculnya perasaan kehilangan rumah, kesepian, dan ketidaknyamanan yang menjadi karakteristik homesickness.

Kontrol internal menunjukkan hubungan yang lebih kuat namun negatif ($r = -0,573$). Orang yang memiliki kontrol internal menganggap bahwa apa yang terjadi dalam hidupnya disebabkan oleh usaha dan pilihan mereka sendiri, bukan karena hal-hal dari luar. Dalam konteks berbagian transisi ke pesantren iya dengan internal locus of control cenderung karena mereka perpisahan dari keluarga sebagaimana yang dapat diatasi kemandirian dan upaya adaptasi. Temuan ini mendukung penelitian Nursafitri et al. yang menemukan ada hubungan yang nyata antara kontrol internal dengan rasa rindu pada santri baru [15]. Hubungan negatif yang lebih kuat antara internal locus of control dan homesickness menunjukkan bahwa faktor keyakinan terhadap kemampuan diri memiliki peran penting dalam menentukan bagaimana santri memaknai pengalaman tinggal jauh dari keluarga. Santri yang memiliki internal locus of control cenderung memandang tantangan sebagai sesuatu yang dapat dihadapi melalui usaha pribadi, bukan sebagai kondisi yang sepenuhnya ditentukan oleh lingkungan. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa locus kendali internal berhubungan dengan kesejahteraan psikologis yang lebih baik dan kemampuan menghadapi tekanan adaptasi secara lebih efektif [29]. Pada santri putri tahun pertama, kemampuan untuk mengembangkan persepsi kontrol terhadap situasi menjadi penting karena fase ini ditandai dengan meningkatnya kebutuhan afeksi sekaligus tuntutan kemandirian. Ketika santri mampu mengembangkan keyakinan bahwa dirinya dapat mengelola emosi dan menyesuaikan perilaku secara mandiri, intensitas homesickness cenderung menurun.

Ada hubungan yang saling mendukung antara self-adjustment dan internal locus of control, seperti yang ditunjukkan oleh korelasi positif ($r = 0,365$). Orang yang yakin bisa mengatur hidupnya biasanya lebih gesit dalam beradaptasi dengan lingkungan yang baru. Kombinasi kedua variabel ini membentuk perlindungan yang lebih baik terhadap rasa rindu. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa kemampuan untuk menyesuaikan diri sendiri dan keyakinan bahwa kita memiliki pengaruh atas kehidupan kita tidak bekerja sendirian, tetapi saling mendukung dalam mengurangi rasa rindu akan rumah. Self-adjustment membantu santri beradaptasi terhadap tuntutan eksternal, sedangkan internal locus of control membantu membentuk keyakinan bahwa proses adaptasi tersebut dapat dilakukan melalui kemampuan diri sendiri. Pada santri putri tahun pertama, interaksi kedua faktor ini menjadi semakin penting karena proses transisi tidak hanya melibatkan perubahan lingkungan fisik, tetapi juga perubahan pola relasi, kemandirian, serta pengelolaan emosi. Penelitian mengenai homesickness pada santriwati menunjukkan bahwa perasaan rindu rumah dapat menurun ketika individu mulai membangun relasi sosial yang positif, merasa diterima dalam lingkungan baru, serta memiliki kontrol diri yang baik dalam menghadapi tekanan adaptasi [21], [27]. Oleh karena itu, keberadaan kedua variabel protektif dalam penelitian ini memberikan penjelasan yang lebih komprehensif mengenai mekanisme psikologis yang membantu santri bertahan selama masa penyesuaian.

Secara teoritis, hasil penelitian ini memperkuat konsep bahwa homesickness bukan hanya reaksi emosional semata, melainkan juga dipengaruhi oleh kemampuan adaptif dan persepsi control individu. Jika homesickness dibiarkan berkepanjangan, dampaknya dapat mencakup penurunan motivasi belajar, gangguan konsentrasi, peningkatan risiko stres dan kecemasan, serta potensi drop out dari pesantren [3], [8]. Temuan ini sejalan dengan penelitian di berbagai pesantren di Indonesia yang menunjukkan prevalensi homesickness sedang hingga tinggi pada santri baru, terutama pada tahun pertama. Hasil penelitian ini memberikan implikasi bahwa upaya pencegahan homesickness di lingkungan pesantren sebaiknya tidak hanya berfokus pada pengurangan tekanan emosional, tetapi juga pada penguatan kapasitas adaptif santri. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa program orientasi yang dirancang secara sistematis, pendampingan oleh pengasuh atau wali kamar, serta penguatan kemampuan penyesuaian diri dapat membantu santri baru melewati masa transisi dengan lebih baik dan menurunkan risiko munculnya homesickness [26], [28]. Selain itu, pengembangan internal locus of control melalui konseling, pelatihan self-efficacy, dan pembiasaan problem solving juga dapat meningkatkan keyakinan santri terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi berbagai tuntutan kehidupan di pesantren [29]. Dengan demikian, intervensi psikologis yang terintegrasi antara pengembangan kemampuan

penyesuaian diri dan penguatan kontrol diri diharapkan mampu mempercepat proses adaptasi santri putri serta mendukung kesejahteraan psikologis selama menjalani pendidikan berbasis asrama [27], [28].

Dari segi praktis, sekolah dapat memanfaatkan hasil ini untuk mengembangkan program intervensi yang lebih targeted. Program orientasi santri baru sebaiknya mencakup pelatihan self-adjustment melalui kegiatan team building, mentoring sosial, dan workshop adaptasi akademik, serta penguatan internal locus of control melalui konseling yang menekankan self-efficacy, tanggung jawab pribadi, dan teknik problem-solving [20]. Pendekatan ini diharapkan dapat membantu santri putrid tahun pertama beradaptasi lebih cepat dan mengurangi risiko dampak negatif homesickness terhadap kesejahteraan psikologis dan prestasi belajar.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki beberapa kekurangan, yaitu jumlah sampel yang cukup kecil (38 orang) serta penggunaan desain penelitian cross-sectional yang tidak dapat menjelaskan hubungan kausal secara mendalam. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan sampel yang lebih besar, desain longitudinal, serta menambahkan variabel mediator atau moderator seperti dukungan sosial, self-compassion, atau sense of belonging.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa self-adjustment dan internal locus of control merupakan factor penting dalam mengurangi homesickness pada santri putri di lingkungan pesantren. Penguatan kedua aspek ini dapat menjadi strategi preventif yang efektif untuk mendukung adaptasi dan keberhasilan pendidikan santri.

IV. KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-adjustment* dengan *homesickness* serta antara *internal locus of control* dengan *homesickness* pada santri putri tahun pertama. Semakin baik kemampuan penyesuaian diri dan semakin tinggi *internal locus of control* yang dimiliki santri, maka semakin rendah kecenderungan mereka mengalami *homesickness*. Hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan bahwa *internal locus of control* memiliki hubungan yang lebih kuat dengan *homesickness* dibandingkan *self-adjustment*. Selain itu, kedua variabel independen tersebut juga saling berkorelasi positif, yang mengindikasikan bahwa *self-adjustment* dan *internal locus of control* saling mendukung dalam proses adaptasi santri di lingkungan pesantren. Temuan ini menunjukkan bahwa kedua faktor psikologis tersebut tidak hanya berperan dalam menurunkan tingkat *homesickness*, tetapi juga menjadi sumber daya psikologis yang membantu santri putri menjalani proses transisi dan beradaptasi secara lebih optimal dengan kehidupan di lingkungan pesantren. Secara keseluruhan, kedua faktor psikologis ini berperan penting sebagai faktor protektif terhadap munculnya gejala *homesickness* pada santri putri tahun pertama.

Berdasarkan hasil penelitian, pihak sekolah disarankan untuk mengembangkan program orientasi dan pendampingan santri baru yang lebih komprehensif. Program tersebut sebaiknya mencakup pelatihan *self-adjustment* melalui kegiatan *team building*, *mentoring* sosial, dan *workshop* adaptasi akademik serta kehidupan asrama. Selain itu, penguatan *internal locus of control* dapat dilakukan melalui sesi konseling kelompok atau individu yang menekankan pentingnya *self-efficacy*, tanggung jawab pribadi, dan kemampuan *problem-solving*. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menggunakan sampel yang lebih besar, desain penelitian longitudinal, serta menambahkan variabel lain seperti *dukungan sosial*, *attachment style*, atau *self-compassion* guna memperkaya pemahaman mengenai faktor-faktor yang memengaruhi *homesickness* pada santri di lingkungan pesantren. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan remaja di lingkungan pesantren, tetapi juga menjadi dasar dalam penyusunan program pendampingan yang mendukung kesejahteraan psikologis dan keberhasilan adaptasi santri putri.

V. UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam proses pelaksanaan penelitian ini, banyak pihak yang turut memberikan bantuan, dukungan, serta kontribusi kepada penulis. Tanpa bantuan dari berbagai pihak tersebut, proses pelaksanaan hingga penyelesaian penelitian ini tentu tidak akan berjalan dengan baik. Oleh karena itu, penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian penelitian ini.

Ucapan terima kasih pertama-tama penulis sampaikan kepada dosen pembimbing, Ibu Effy Wardati Maryam, S.Psi., M.Si., yang telah memberikan arahan, masukan, bimbingan, serta motivasi kepada penulis sejak tahap penyusunan proposal, pelaksanaan penelitian, analisis data, hingga penyusunan artikel ilmiah ini. Bimbingan yang diberikan sangat membantu penulis dalam menyempurnakan setiap tahapan penelitian sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

Selanjutnya, penulis menyampaikan terima kasih kepada Kepala SMPIT Darul Fikri Sidoarjo beserta seluruh guru dan staf yang telah memberikan izin, kesempatan, serta bantuan kepada penulis selama proses pelaksanaan penelitian. Ucapan

terima kasih juga penulis sampaikan kepada seluruh santri putri tahun pertama SMPIT Darul Fikri Sidoarjo yang telah bersedia menjadi partisipan penelitian serta meluangkan waktu untuk mengisi instrumen penelitian dengan penuh kesungguhan. Partisipasi yang diberikan menjadi kontribusi yang sangat berarti bagi terselesaikannya penelitian ini.

Selain itu, penulis juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada kedua orang tua dan seluruh keluarga yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, dukungan, motivasi, serta semangat kepada penulis selama proses penyusunan penelitian. Terakhir, penulis menyampaikan terima kasih kepada teman-teman dan seluruh pihak yang tidak bisa disebutkan satu per satu atas bantuan yang telah diberikan, saran, serta dukungan yang telah diberikan selama proses penelitian ini. Semoga Allah Swt. membalas segala kebaikan, bantuan, dan dukungan yang telah diberikan kepada penulis dengan balasan yang berlipat ganda. Aamiin.

REFERENSI

- [1] H. Lestari, "Self-adjustment santri putri barudalamkehidupanpesantren," *Al-Zayn: JurnalIlmu Sosial dan Hukum* , 2026.
- [2] N. Nurdin and A. Nur, "Self-adjustment santri putri barudalamkehidupanpesantren," *Al-Zayn: JurnalIlmu Sosial dan Hukum* , 2025.
- [3] Z. M. S. Maharani, N. M. Jalal, and N. Rasyid, "Hubunganself compassiondengan homesickness pada santribaru di pondokpesantren modern Rahmatul Asri," *HUMAN: South Asean Journal of Social Studies*, vol. 5, no. 2, pp. 177–190, 2024.10.26858/human.v5i2.79091.
- [4] M. Rahmi, "Gambaran homesickness pada santribaru di pesantren," *INSIGHT: JurnalPenelitianPsikologi* , 2023.
- [5] D. Cahyaningrum, "Homesickness pada santripesantren: Peran sense of belonging dan polaasuh," 2025.
- [6] S. Supriadi et al., "Hubunganself compassiondengan homesickness pada santribaru," *HUMAN: South Asean Journal of Social Studies* , 2024.
- [7] M. Yasmin and Z. D. Langerya, "Gambaran homesickness pada siswabarud di lingkunganpesantren," *JurnalPemikiran&PenelitianPsikologi* , 2022.
- [8] E. Sabila, U. Muksin, and S. Miharja, "Bimbinganindividu bagisantri homesick," *Irsyad: JurnalBimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam*, vol. 12, no. 4, pp. 381–398, 2024.10.15575/irsyad.v10i2.19363.
- [9] R. S. Aqil, "Peran sense of belonging dan polaasuh terhadap homesickness pada santripesantren," *JurnalIntelektualitas* , 2025.
- [10] J. Archer, M. Ireland, S. Amos, H. Broad, and L. Currid, "Derivation of a homesickness scale," *British Journal of Psychology*, vol. 89, no. 2, pp. 205–221, 1998.10.1111/j.2044-8295.1998.tb02681.x.
- [11] A. Safira, "Skala homesickness pada santri," 2024.
- [12] R. Pratama and S. Widodo, "Aspek dan ciri-ciri homesickness pada santribaru," *INSIGHT: JurnalPenelitianPsikologi* , 2023.
- [13] E. Ningsih et al., "Gambaran homesickness pada santribaru di pesantren," *INSIGHT: JurnalPenelitianPsikologi* , 2024.
- [14] R. Putri and D. Sari, "Ciri-ciri homesickness santri putrid tahunpertama," 2025.
- [15] S. Nursafitri, J. Julianto, I. Fitria, and R. Rosnidawati, "Hubunganantara internal locus of control dengan homesickness pada santribaru di PondokPesantrenInsanQur'ani," *JurnalPsikologiAr-Raniry*, vol. 2, no. 1, pp. 1–8, 2024.10.22373/fjpa.v2i1.507.
- [16] N. Nafisah and A. Amin, "Pengaruhpenyesuaian diri terhadap homesickness santribaru di pondokpesantren Al Amien Jember," *JurnalPsikologi* , 2023.
- [17] G. Isaac and M. Michael, *Handbook in Research and Evaluation* , 3rd ed. San Diego, CA: EdITS, 1995.
- [18] S. Irfhamni and Z. Fikry, "Hubunganantara homesickness terhadappenyesuaian diri pada santritanhunpertama," *YASIN:*

Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya, vol. 5, no. 5, pp. 4545–4555, 2025. 10.58578/yasin.v5i5.6969.

[19] I. Zulkarnain, "Internal locus of control and homesickness among boarding school students," *Journal of Educational Psychology*, vol. 12, no. 3, pp. 45–58, 2022.

[20] A. Pratiwi and B. Santoso, "Faktor protektif homesickness pada santri putri: Peran self-adjustment dan locus of control," *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, vol. 8, no. 1, pp. 112–125, 2025.

[21] F. Cahyaningrum, A. Q. Z. Fitria, and N. P. Maharani, "Fenomena Homesickness pada Santriwati Baru di Pesantren: Faktor, Gejala, dan Strategi Adaptasi," 2026.

[22] M. Hasanah, "Penyesuaian Diri pada Santri Baru di Pondok Pesantren," 2024.

[23] S. Muthi'ah and A. F. Islam, "Personal Adjustment Santri Scale (PASS): Pengembangan Instrumen Penyesuaian Diri Santri di Pondok Pesantren," 2025.

[24] F. R. Hasan and W. S. Hertinjung, "Penyesuaian Diri Santri Ditinjau dari Keterampilan Sosial dan Usia," 2024.

[25] Mulyati, N. A. Mashabi, and R. A. Ciptianingsih, "Self-Adjustment and Psychological Well-being of Santri at Islamic Boarding School," 2023.

[26] E. S. Himmah and E. W. Maryam, "Hubungan antara Dukungan Sosial Wali Kamar dengan Penyesuaian Diri Santri Tahun Pertama di SMPIT Pondok Pesantren Darul Fikri Sidoarjo," 2025.

[27] Rihab and Fakhurrozi, "Homesickness pada Santri Pesantren: Peran Sense of Belonging dan Pola Asuh," 2025.

[28] M. Muhsin, Yahya, and Yurika, "Managing Homesickness Through Self-Directed Learning Among Santri," 2026.

[29] Aisyah et al., "Hubungan Dukungan Sosial dan Locus Kendali dengan Kesejahteraan Psikologis pada Santri Wati," 2022.

[30] Z. Zalabila, Novita, and Nurfajriyanti, "Hubungan Self Compassion dengan Homesickness pada Santri Baru," 2024.