

**STRATEGI *COPING* DALAM MENGATASI *HOMESICKNESS*
MAHASISWA RANTAU ASLI LUAR JAWA DI PONDOK
PESANTREN ATH-THOHIRIYYAH PURWOKERTO**



SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
untuk Memenuhi Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S. Sos)

Oleh:

**CHATELYA ZAHRA NUR AFIFAH
NIM. 2017101004**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT ISLAM
FAKULTAS DAKWAH
UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini, saya:

Nama : Chatelya Zahra Nur Afifah
NIM : 2017101004
Jenjang : S-1
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Prodi : Konseling dan Pengembangan Masyarakat
Fakultas : Dakwah
Judul Skripsi : Strategi *Coping* dalam Mengatasi *Homesickness* pada Mahasiswa Rantau Asli Luar Pulau Jawa di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto

Menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya saya sendiri kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya.

Purwokerto, 26 Agustus 2024

Peneliti,



Chatelya Zahra Nur Afifah
NIM. 2017101004



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH
Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553
www.uinsatru.ac.id

PENGESAHAN

Skripsi Berjudul

Strategi *Coping* dalam Mengatasi *Homesickness* Mahasiswa Rantau Asli Luar Jawa di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyah Purwokerto

Yang disusun oleh **Chatelya Zahra Nur Afifah** NIM. 2017101004 Program Studi **Bimbingan dan Konseling Islam** Jurusan **Konseling dan Pengembangan Masyarakat**, Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri, telah diujikan pada hari Rabu tanggal **02 Oktober 2024** dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Bimbingan dan Konseling Islam oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing

Asep Amaludin, S.Pd., M.Si.
NIP. 198607172019031008

Sekretaris Sidang/Penguji II

Turhamun, M.S.I.
NIP. 198702022019031011

Penguji Utama

Dr. Kholil Lur Rakhman, M.S.I.
NIP. 197910062009011013

Mengesahkan,
Purwokerto, 14 Oktober 2024
Dekan,



Dr. Maskinul Fuad, M.Ag.
NIP. 197412262000031001



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553
www.uinsaiu.ac.id

NOTA DINAS PEMBIMBING

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi terhadap penulisan skripsi dari:

Nama : Chatelya Zahra Nur Afifah
NIM : 2017101004
Jenjang : S-1
Fakultas/ Prodi : Dakwah/ Bimbingan dan Konseling Islam
Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat Islam
Judul Skripsi : **Strategi *Coping* dalam Mengatasi *Homesickness* pada Mahasiswa Rantau Asli Luar Pulau Jawa di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto**

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Universitas Islam Negeri (UIN) Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diajukan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos). Demikian atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Purwokerto, 25 Agustus 2024
Dosen Pembimbing

Asep Amaludin S.Pd., M.Si.
NIP. 198607172019031008

**STRATEGI COPING DALAM MENGATASI *HOMESICKNESS*
MAHASISWA RANTAU ASLI LUAR JAWA DI PONDOK
PESANTREN ATH-THOHIRIYYAH PURWOKERTO**

**Chatelya Zahra Nur Afifah
NIM. 2017101004**

ABSTRAK

Merantau dari lingkungan asal ke lingkungan baru dapat menimbulkan reaksi yang beragam, seperti halnya mahasiswa rantau yang kerap kali merasakan *homesickness* atau rindu rumah sehingga menimbulkan perasaan sedih. Penyebabnya adalah karena rindu keluarga, rindu suasana rumah, teman, serta lingkungan kampung halamannya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui strategi *coping* yang dilakukan mahasiswa asli luar Jawa dalam mengatasi *homesickness*.

Pada penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif, dengan jenis penelitian yang digunakan yaitu studi kasus. Tempat penelitian dilakukan di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto. Subjek penelitian adalah mahasiswa rantau asli luar pulau Jawa yang tinggal di pondok pesantren. Objek dalam penelitian ini adalah strategi *coping* mahasiswa rantau di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto dalam mengatasi *homesickness* yang dialami. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Strategi *coping* dalam mengatasi *homesickness* bisa dilakukan dengan dua tipe *coping* yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Temuan dalam penelitian ini subjek menggunakan strategi *emotion focused coping* dengan tiga aspek diantaranya pertama, aspek *seeking of emotional social support*, karena subjek merasa dukungan sosial berperan penting dalam mengurangi rasa *homesickness*. Aspek kedua yaitu *acceptance* atau penerimaan yang dilakukan oleh ketiga subjek adalah menganggap bahwa *homesickness* adalah hal yang lumrah bagi perantau. Dan aspek ketiga yaitu *turning to religion* yang mana ketiga subjek adalah mahasiswa sekaligus santri, maka aspek agama tidak dapat dipisahkan dari kehidupan ketiga subjek.

Kata Kunci: Strategi, *Coping*, *Homesickness*, dan Mahasiswa Rantau.

**COPING STRATEGIES IN OVERCOMING HOMESICKNESS OF THE
NATIVE OVERSEAS STUDENTS OUTSIDE JAVA AT THE ATH-
THOHIRIYYAH PURWOKERTO BOARDING SCHOOL**

**Chatelya Zahra Nur Afifah
NIM. 2017101004**

Migrating from one's home environment to a new one can cause various reactions, such as overseas students who often feel homesickness, giving rise to feelings of sadness. The reason is because he misses his family, misses the atmosphere of home, friends and the environment of his hometown. The aim of this research is to determine the coping strategies used by native students from outside Java to overcome homesickness.

This research uses qualitative research, with the type of research used, namely case studies. The place of research was carried out at the Ath-Thohiriyyah Islamic Boarding School, Purwokerto. The research subjects were overseas students from outside Java who lived in Islamic boarding schools. The object of this research is the coping strategies of overseas students at the Ath-Thohiriyyah Purwokerto Islamic Boarding School in overcoming the homesickness they experience. The data collection techniques used were observation, interviews and documentation. The data analysis techniques in this research are data reduction, data presentation, and drawing conclusions.

Coping strategies for overcoming homesickness can be done with two types of coping, namely problem focused coping and emotion focused coping. The findings in this study were that subjects used an emotion focused coping strategy with three aspects, including first, the aspect of seeking emotional social support, because the subjects felt that social support played an important role in reducing homesickness. The second aspect, namely acceptance, made by the three subjects was the assumption that homesickness was normal for nomads. And the third aspect is turning to religion where the three subjects are students and students, so the religious aspect cannot be separated from the lives of the three subjects.

Keywords: *Strategy, Coping, Homesickness, and Settled foreign Students.*

MOTTO

“Jalan yang jauh, jangan lupa pulang”¹

(Yura Yunita)



¹ Yunita Yura, *Jalan Pulang* (Bandung: AYURA, 2023).

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur atas kehadiran Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, atas segala Rahmat-Nya yang telah memberikan kemudahan dan kelancaran dalam penulisan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik. Penulis mempersembahkan karya penelitian ini untuk almamater tercinta program studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.



KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Dengan mengucapkan rasa syukur Alhamdulillah, penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan nikmat serta karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian skripsi ini, dengan judul skripsi **“Strategi Coping dalam Mengatasi Homesickness Mahasiswa Rantau Asli Luar Jawa di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto”** guna memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Penulis menyadari banyak pihak-pihak yang terlibat dan telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengungkapkan banyak terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Ridwan, M.Ag. Rektor Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Dr. Muskinul Fuad, M.Ag. Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Dr. Ahmad Muttaqin, M.Si. Wakil Dekan I Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Dr. Alief Budiyono, M.Pd. Wakil Dekan II Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
5. Nawawi, M.Hum. Wakil Dekan III Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
6. Nur Azizah, M.Si. Ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat Islam Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
7. Lutfi Faishol, M.Pd. Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
8. Dr. Henie Kurniawati, S.psi. M.A.Psi Penasehat Akademik yang telah memberikan arahan dan bimbingan kepada penulis.
9. Asep Amaludin S.Pd.,M.Si. dosen pembimbing yang senantiasa memberikan bimbingan dan arahan skripsi dengan baik.

10. Segenap dosen dan staf administrasi Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
11. Kedua orang tua tercinta, Bapak Achmad Isnaeni Wagiyo dan Ibu Khotimah Tri Widiastuti, orang tua hebat yang selalu mendoakan, memberi semangat, nasihat, dan dukungan secara moral serta materiel.
12. Adik saya Muhammad Akmal Baihaqi terima kasih sudah banyak membantu dan menjadi adik yang baik.
13. Abuya K.H. Mohammad Thoha 'Alawy Al-hafidz dan Ibu Nyai Hj. Tasdiqoh Al-hafidzoh pengasuh pondok pesantren Ath-Thohiriyyah yang telah mengizinkan penulis melakukan penelitian di pondok pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto, serta segenap pengurus pondok pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto yang telah membantu penulis dalam penelitian ini.
14. Ketiga subjek penelitian serta dua informan pendukung yang telah bersedia secara kooperatif membantu memberikan data penelitian.
15. Diana Rahmawati, saudara sekaligus sahabat yang telah memberikan semangat dan doa kepada saya.
16. Segenap teman-teman seperjuangan BKI angkatan 2020, terutama teman-teman BKI-A angkatan 2020.
17. Segenap kerabat dan seluruh pihak yang telah membantu dan memberikan bantuan dalam penelitian sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu kritik dan saran yang membangun dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan penulis khususnya.

Purwokerto, 23 Agustus 2024
Peneliti



Chatelya Zahra Nur Afifah
NIM. 2017101004

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PENGESAHAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
ABSTRAK	v
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Penegasan Istilah	8
C. Rumusan Masalah	10
E. Manfaat Penelitian	11
F. Tinjauan Pustaka	11
G. Sistematika Pembahasan	14
BAB II STRATEGI <i>COPING</i> DALAM MENGATASI <i>HOMESICKNESS</i>	
PADA MAHASISWA RANTAU	15
A. Strategi <i>Coping</i>	15
1. Pengertian Strategi <i>Coping</i>	15
2. Tipe-tipe strategi <i>coping</i>	16
3. Macam-macam <i>Coping</i>	19
B. Homesickness	19
1. Pengertian <i>Homesickness</i>	19
2. Aspek-aspek <i>Homesickness</i>	20
3. Faktor Penyebab <i>Homesickness</i>	21
4. Ciri-ciri <i>Homesickness</i>	23
5. Gejala <i>Homesickness</i>	24
C. Mahasiswa Rantau	24

1. Pengertian mahasiswa	24
2. Pengertian rantau	25
3. Mahasiswa Rantau	25
4. Perilaku rantau	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	27
B. Tempat dan Waktu Penelitian	28
C. Subjek dan Objek Penelitian	28
D. Penentuan Subjek	29
E. Teknik Pengumpulan Data	29
F. Teknik Analisis Data	30
G. Teknik Keabsahan Data	32
BAB IV PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA	33
A. Gambaran umum lokasi penelitian	33
B. Profil Mahasiswa Rantau Asli Luar Pulau Jawa	34
C. Strategi <i>Coping</i> Mahasiswa Luar Jawa dalam Mengatasi <i>Homesickness</i>	36
D. <i>Homesickness</i> yang Dirasakan Mahasiswa Rantau	48
E. Pembahasan	57
BAB V PENUTUP	70
A. Simpulan	70
B. Saran	71
DAFTAR PUSTAKA	73
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	116

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan dunia pendidikan memicu semangat generasi muda dalam menuntut ilmu. Seperti halnya mahasiswa yang mau untuk merantau sebagai bentuk *ikhtiar* dalam meraih cita-citanya. Mahasiswa berani untuk pergi merantau jauh dari daerah asalnya demi mendapatkan ilmu dan pengalaman yang bermanfaat. Oleh karena itu, mereka yang berani merantau adalah orang-orang pilihan, karena tidak semua orang mau dan sanggup untuk merantau. Mereka rela meninggalkan rumah dan lingkungan sosial yang sudah akrab untuk mengejar kesempatan akademik yang bisa didapatkan.

Karena keberhasilan suatu bangsa dapat dilihat dari kualitas pendidikan yang dimiliki oleh masyarakatnya. Namun, dalam hal sumber daya manusia, Indonesia masih terlampau jauh dari negara-negara maju. Jika dibandingkan dengan tahun-tahun sebelumnya, Indonesia dalam bidang pendidikan saat ini sudah berkembang pesat ke arah yang lebih baik. Terutama pada sistem kurikulum yang mendukung pelajar untuk mengembangkan kreativitas, minat dan bakat, pembenahan infrastruktur dan lain sebagainya. Yang mana dari pembenahan kurikulum tersebut tidak membatasi pelajar dalam mengembangkan kreativitas serta mendukung dalam diskusi-diskusi ilmiah yang bermanfaat dalam dunia pendidikan.

Pada masa awal perantauan tentu saja banyak hal-hal baru yang dihadapi oleh individu khususnya mahasiswa, seperti bertemu dengan orang baru, lingkungan baru, jenis makanan baru dan budaya baru yang berbeda dengan yang biasa mereka rasakan di daerah asalnya. Terlebih lagi mahasiswa tingkat awal masih beradaptasi dengan masa transisi dari sekolah menengah atas menuju perguruan tinggi, dimasa ini individu mengalami banyak interaksi dengan teman sebaya yang memiliki latar

belakang sangat beragam, baik dari segi pendidikan, ekonomi, keluarga, dan lingkungan. Walaupun di era teknologi yang sudah sangat maju seperti sekarang ini tidak dapat dipungkiri bahwa hal tersebut tidak sepenuhnya dapat menyelesaikan permasalahan ke arah yang terjadi pada individu.¹ Teman sebaya memiliki peran penting dalam perkembangan individu di lingkungan baru, sehingga sebisa mungkin individu mendapatkan teman sebaya yang sejalan dengan tujuan individu, sejalan dengan pemikiran individu, teman sebaya yang saling mengerti dan teman sebaya yang memberi pengaruh positif pada diri individu. Lingkungan yang baru merupakan suatu hal yang asing dari rutinitas sehari-hari yang biasa mereka lakukan. Oleh karena itu, mahasiswa dituntut untuk bisa beradaptasi dengan lingkungan baru. Perantau mahasiswa akan menghadapi masalah masing-masing dalam proses beradaptasi.²

Dengan tinggal di lingkungan baru pastinya menimbulkan masalah di mana mahasiswa rantau kerap kali merasakan *homesickness* atau rindu rumah yang menyebabkan kesedihan karena rindu akan keluarga, suasana rumah, lingkungan sosial dan tempat-tempat yang ada di kampung halamannya. *Homesickness* memiliki dua kategori, yaitu *homesickness* tingkat tinggi dan *homesickness* tingkat rendah. *Homesickness* tingkat tinggi yang terjadi pada mahasiswa yaitu mereka akan menarik diri dari lingkungan luar, perasaan lebih sensitif, gangguan pola tidur, dan kesulitan menyelesaikan permasalahan *homesickness* yang dialami. Sedangkan *homesickness* tingkat rendah ia akan merasa rindu pada keluarga namun masih bisa berusaha untuk keluar dari *homesick* yang dia rasakan.³

¹ Desca Erinanda Adhyaksy, "Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dengan *Homesickness* Pada Mahasiswa Rantau Tahun Pertama Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang" (Universitas Islam Sultan Agung, 2019), <http://repository.unissula.ac.id/id/eprint/13848>.

² Safira Maulani and Wahyutama, "Gegar Budaya Dan Strategi Adaptasi Budaya Mahasiswa Perantauan Minang Di Jakarta," *Konvergensi: Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi* 3, no. 2 (2022): 377–91, <https://journal.paramadina.ac.id/index.php/IK/article/view/712>.

³ Trinanda Linggayuni Istanto and Agustina Engry, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan *Homesickness* Pada Mahasiswa Rantau Yang Berasal Dari Luar Pulau Jawa Di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Pakuwon City," *Experientia: Jurnal Psikologi Indonesia* 7, no. 1 (July 31, 2019): 19–30, <https://doi.org/10.33508/exp.v7i1.2120>.

Merantau dari lingkungan asal ke lingkungan baru dapat menimbulkan reaksi yang beragam, terlebih jika individu belum pernah merantau sebelumnya. Psikologis perantau akan ditampilkan melalui perilaku kognitif dan emosional yang merupakan gejala dari *homesick*. Hal yang biasa terjadi saat sedang merasakan *homesick* yaitu menangis, tidak semangat dalam melakukan kegiatan sehari-hari, menurunnya motivasi belajar, tugas-tugas mulai terhambat karena tidak adanya semangat untuk mengerjakan tugas, tidak nafsu makan, dan merasa bahwa di tempat yang baru ini dia tidak memiliki siapa-siapa.

Homesickness yang biasanya muncul pada perantau mahasiswa tingkat awal, mereka baru merasakan bagaimana merantau hingga merasa adanya perubahan-perubahan dari kehidupan sebelum merantau ke kehidupan yang sekarang sedang dijalani. Namun, tidak bisa dipungkiri bahwa *homesickness* bisa terjadi pada mahasiswa tingkat menengah maupun akhir. Hal ini bisa terjadi karena rindu timbul tanpa bisa diatur maupun dicegah. Namun, banyak orang yang memilih untuk merantau sebagai bentuk pendewasaan diri, karena dari situlah individu belajar bagaimana bertahan hidup dengan kemampuan fisik dan psikis yang dimiliki. Proses ini yang membuat individu bisa menjadi lebih dewasa dalam memaknai hidup.⁴ *Homesickness* dapat terjadi dari berbagai kelompok usia dan berbagai *setting* keadaan baik itu keadaan personal maupun keadaan keluarga.⁵

Dalam beradaptasi dengan lingkungan baru mahasiswa rantau memerlukan penyesuaian diri, menurut Vingerhoets *homesickness* dapat terjadi karena individu mengalami kegagalan dalam penyesuaian diri di

⁴ Sheilla Khairunnisa, "Hubungan Antara Tipe Kepribadian Dan Dukungan Sosial Dengan Homesickness Pada Mahasiswa Rantau" (Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2021), [http://digilib.uinsby.ac.id/49798/2/Sheilla Khairunnisa Rahardi Putri_J01216039.pdf](http://digilib.uinsby.ac.id/49798/2/Sheilla%20Khairunnisa%20Rahardi%20Putri_J01216039.pdf).

⁵ Dewi Nasru Izatin, "Pengaruh Terapi Berpikir Positif Terhadap Tingkat Penurunan Homesickness Santriwati Baru Pondok Pesantren Assalafiy Al-Ikhlas Tarokan Kediri," *IAIN Tulungagung* (IAIN Tulungagung, 2019), <http://repo.uinsatu.ac.id/id/eprint/12801>.

lingkungan baru.⁶ Kegagalan bisa disebabkan karena adanya sikap individu yang kurang terbuka terhadap lingkungan baru, perasaan belum ikhlas dalam menerima perubahan yang terjadi di dalam hidupnya, serta perbedaan-perbedaan yang dirasakan oleh individu. Mahasiswa yang sedang mengalami *homesickness* memerlukan perhatian lebih agar dapat berhasil terbebas dari perasaan *homesickness* yang mengganggu. Oleh karena itu, peneliti berharap agar penelitian ini bisa menjelaskan bagaimana strategi *coping* yang dilakukan oleh mahasiswa dalam mengatasi *homesickness* yang nantinya akan membantu dalam memberikan informasi kepada pembaca yang sedang mengalami *homesickness* atau yang sedang membutuhkan bahan referensi mengenai *homesickness*.

Setiap individu memiliki *coping* sebagai respon dalam upaya mencegah dan mengatasi masalah yang dimiliki. Richard Lazarus membagi strategi *coping* menjadi dua tipe yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*.⁷ *Problem focused coping* merupakan upaya individu dalam mengatasi stres dengan cara mengubah penyebab dari masalah atau *stressor* dengan cara mengontrol, menghadapi, dan mengelola sumber dari stres yang dialami secara langsung.⁸ *Stressor* bisa berasal dari faktor internal yaitu pendidikan, keluarga, dan lingkungan sosial.⁹ Sedangkan *emotion focused coping* adalah usaha individu dalam mengontrol emosi yang muncul akibat dari tekanan yang sedang dihadapi, contohnya ketika mahasiswa baru akan berangkat merantau, ia akan sangat

⁶ Adhyaksy, "Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dengan Homesickness Pada Mahasiswa Rantau Tahun Pertama Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang."

⁷ Witsqa Maisa Haq, Achmad Djunaedi, and Rasni Adha Yuanita, "Pengaruh Coping Stress Dan College Adjustment Terhadap Academic Achievement Pada Mahasiswa Unpad Tingkat Pertama," *Provita: Jurnal Psikologi Pendidikan* 14, no. 1 (2021): 80–101, <https://doi.org/10.24912/provita.v14i1.11423>.

⁸ Intan Febryani Ramadhanti, Nur Oktavia Hidayati, and Imas Rafiyah, "Gambaran Stressor Dan Strategi Koping Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran," *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia* 5, no. 2 (December 23, 2019), <https://doi.org/10.17509/jpki.v5i2.16635>.

⁹ Juli Andriyani, "Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problema Psikologis," *Jurnal At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam* 2, no. 2 (December 2019): 37–55, <http://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Taujih>.

sedih meninggalkan keluarga, rumah, serta lingkungan sosial.¹⁰ Individu bisa mengatasinya dengan berpikir positif bahwa apa yang dilakukan saat ini merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan kualitas diri dan upaya untuk mendapatkan kehidupan yang lebih layak nantinya. Oleh karena itu, timbul motivasi bahwa ia akan menyelesaikan kuliah dengan cepat agar dapat segera kembali ke kampung halaman dengan kondisi individu yang telah di *upgrade* baik dari segi pendidikan maupun pengalaman.

Terdapat dampak negatif dari strategi *coping* yang kurang tepat dilakukan oleh mahasiswa yaitu karena penanganan yang tidak sesuai dengan kebutuhan atau lingkungan yang tidak mendukung sehingga individu akan terjerumus pada hal-hal yang kurang baik seperti merokok, minum minuman beralkohol, kecemasan yang berlebihan, depresi dan masalah kesehatan mental yang lain.¹¹ Strategi yang salah tersebut tidak bisa mengeluarkan individu dari permasalahan yang sedang dihadapi, salah-salah malah memperburuk keadaan individu. Oleh sebab itu, perlu adanya dukungan dari lingkungan yang baik untuk membantu individu mengatasi permasalahan, karena jika sudah fatal individu akan memerlukan penanganan ahli.

Imam Al-Ghazali, *Ihya Ulumiddin*, (Beirut, Darul Ma'rifah, cetakan ketiga: 1998) juz IV halaman 322, berkata:

إِعْلَمْ أَنَّ مَنْ أَنْكَرَ حَقِيقَةَ الْمَحَبَّةِ فَلَا بُدَّ أَنْ يُنْكِرَ حَقِيقَةَ الشَّوْقِ إِذْ لَا يُتَصَوَّرُ الشَّوْقُ إِلَّا إِلَى مَحْبُوبٍ

Artinya, “Ketahuilah! Sungguh orang-orang yang mengingkari esensi cinta, maka juga seharusnya ingkar pada esensi rindu. Sebab, rindu tidak bisa tergambar kecuali pada orang yang dicinta.”¹²

Dari ayat di atas dapat disimpulkan bahwa rindu memiliki tempat tersendiri dalam diri manusia, siapa pun tidak dapat memaksa mendatangkan rindu maupun memaksa untuk menghindari rindu. Yang

¹⁰ Ramadhanti, Hidayati, and Rafiyah, “Gambaran Stressor Dan Strategi Koping Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran.”

¹¹ Ramadhanti, Hidayati, and Rafiyah.

¹² Annisa Rahmawati, “Makna Cinta Rindu Dan Ridho Perspektif Al-Ghazali Dalam Kitab *Ihya Ulumuddin*” (UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu, 2022), [http://repository.iainbengkulu.ac.id/9987/1/Anisa Rahmawati.pdf](http://repository.iainbengkulu.ac.id/9987/1/Anisa%20Rahmawati.pdf).

terpenting, rindu merupakan konsekuensi dari cinta, seperti cinta kepada orang tua, saudara, teman, maupun sesama manusia lainnya, rindu hadir karena adanya cinta yang tertanam pada diri individu. Dari ayat diataslah kita tahu bahwa asal-muasal rindu yang dirasakan merupakan akibat dari adanya cinta dan kasih sayang yang tidak bisa terlampiaskan.

Seperti halnya mahasiswa-mahasiswi yang tinggal di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto memutuskan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi di Universitas Islam Negeri K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto dan harus meninggalkan orang-orang yang mereka cintai di kampung halamannya. Mereka memilih berkuliah UIN SAIZU melalui beberapa pertimbangan seperti kualitas yang unggul baik di bidang pendidikan maupun agama dari universitas yang ada di daerahnya masing-masing, selain itu biaya hidup di Purwokerto terbilang cukup terjangkau bagi mahasiswa, sehingga mereka tidak segan untuk melanjutkan ke universitas tersebut walau sudah berbeda pulau dengan daerah asalnya.

Purwokerto menjadi tujuan dari banyak calon mahasiswa yang ingin berkuliah di Jawa selain Yogyakarta, Semarang, dan Solo sebagai tempat menimba ilmu, sehingga mahasiswa yang berkuliah di Purwokerto tidak hanya berasal dari Kabupaten Banyumas saja melainkan banyak dari berbagai daerah hingga luar Pulau Jawa. Karena ibu kota Banyumas ini yaitu Purwokerto masih terbilang dekat dengan Ibu Kota Jakarta dengan akses transportasi yang mudah dan bisa dilalui oleh kendaraan darat seperti bis, kereta, serta travel. Mahasiswa yang berkuliah di Purwokerto bisa menikmati cuaca dingin yang ada di kecamatan Baturraden.

Selain itu, mahasiswa Purwokerto bisa menikmati suasana perkotaan di sekitar Alun-alun Purwokerto yang biasa digunakan sebagai tempat berolahraga pada pagi hari dan sebagai tempat bersantai pada malam hari. Purwokerto juga memiliki pusat perbelanjaan yaitu Rita *Super Mall* yang lengkap mulai dari kebutuhan rumah, pakaian, hingga makanan sudah tersedia di sana. Jika mahasiswa ingin mengunjungi daerah pantai,

di kabupaten sekitar Banyumas terdapat banyak pantai seperti di Kabupaten Cilacap dan Kebumen, kedua kabupaten tersebut menjadi destinasi favorit mahasiswa Purwokerto jika ingin berlibur ke pantai.

Santri di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto berasal dari berbagai daerah baik dari daerah Jawa Tengah, Jawa Timur, Jawa Barat, dan luar pulau Jawa. Dengan jumlah 368 santri, yang diantaranya santri putra sebanyak 110 santri, dan santri putri sebanyak 258 santri, 9 diantaranya berasal dari luar pulau Jawa. Yang memenuhi kriteria peneliti yaitu 3 orang diantaranya Isnaini Rammahdina asal Kalimantan Barat mahasiswa semester enam fakultas tarbiyyah, Siti Baiti Rohmah asal Kalimantan Timur mahasiswa semester empat fakultas tarbiyyah, dan Devi Aulia mahasiswa semester enam fakultas tarbiyyah.

Beberapa mahasiswa perantau di pondok pesantren tersebut terutama yang berasal dari luar Pulau Jawa kerap kali merasa *homesickness* karena tidak bisa pulang ke rumah dengan alasan yang beragam, seperti waktu libur yang terbatas dan kegiatan pondok yang padat sehingga tidak memungkinkan untuk sering pulang ke rumah, serta beberapa dari mereka menempuh perjalanan yang cukup jauh dengan biaya akomodasi yang tidak murah untuk bisa pulang ke kampung halaman, hal ini membuat mahasiswa rantau memilih untuk menunda kepulangan.

Saat mengalami *homesickness* kondisi mahasiswa secara fisik akan terlihat baik-baik saja, namun ketika mereka sedang sendiri maka kesedihan dan kerinduan tersebut sulit untuk ditutupi atau dihindari. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana strategi *coping* yang dilakukan oleh santri sekaligus mahasiswa perantau dalam mengatasi *homesickness*. Karena dengan melakukan strategi *coping* yang baik secara otomatis akan semakin baik resiliensi yang dilakukan pada mahasiswa rantau. Dengan adanya resiliensi yang baik maka mahasiswa rantau yang mengalami *homesickness* akan lebih mudah dalam menyelesaikan permasalahan *homesickness*. Namun,

mahasiswa dengan resiliensi strategi *coping* yang buruk dalam mengatasi *homesickness* akan rentan jika menghadapi suatu tekanan dan perubahan yang di luar dari dugaan serta kemampuan mahasiswa tersebut.¹³

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan maka penelitian ini fokus membahas strategi *coping* dalam mengatasi *homesickness* pada mahasiswa rantau asli luar pulau Jawa di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto.

B. Penegasan Istilah

1. Strategi *Coping*

Strategi menurut Tjiptono terbagi menjadi dua, yaitu pandangan apa yang organisasi ingin lakukan dan pandangan apa yang organisasi sudah lakukan.¹⁴ *Coping* yaitu usaha yang dilakukan untuk menanggulangi dan mengatasi masalah dengan cara terbaik menurut masing-masing individu.¹⁵

Sehingga dapat disimpulkan bahwa strategi *coping* adalah rencana atau cara yang dilakukan oleh individu untuk mengatasi permasalahan, dan sudah dipertimbangkan berdasarkan faktor internal maupun faktor eksternal secara matang untuk mencapai tujuan sesuai yang diharapkan, serta memperoleh hasil yang paling unggul dari yang lainnya.

2. *Homesickness*

Pengertian *Homesickness* menurut Stroebe, dkk yang menyatakan bahwa *homesickness* adalah orang yang rindu akan

¹³ Agung Wahyu Shaputra, "Hubungan Antara Strategi Coping Dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Rantau Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang" (Universitas Islam Sultan Agung Semarang, 2021), http://repository.unissula.ac.id/24235/2/30701700004_fullpdf.pdf.

¹⁴ Aji Fany et al., "Konseptualitas Strategi Pemberdayaan Ekonomi Masyarakat Desa," *Jurnal Ekonomi Dan Bisnis Islam* 1, no. 1 (2021): 13–27, <https://doi.org/https://doi.org/10.57210/j-ebi.v1i1.44>.

¹⁵ Retno Permatasari, Miftahul Arifin, and Raup Padilah, "Studi Deskriptif Dampak Psikologis Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas Pgri Banyuwangi Dalam Penyusunan Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19," *Jurnal Bina Ilmu Cendikia* 2, no. 1 (2021): 128–41, <https://doi.org/https://doi.org/10.46838/jbic.v2i1.64>.

kampung halaman, orang tua, saudara, teman-teman, lingkungan yang sudah akrab, dan kenyamanan yang hanya ada di rumah.¹⁶

Menurut Thurber & Walton, *homesickness* adalah sebuah keadaan psikologi berupa distress, yang muncul karena berpisah dari tempat tinggalnya.¹⁷

Sedangkan menurut Van Tillburg *homesickness* merupakan emosi negatif pada diri seseorang yang timbul karena meninggalkan rumah, pikiran yang terpaku pada aktivitas-aktivitas di rumah, hingga munculnya gejala somatik.¹⁸

Dari beberapa pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa *homesickness* adalah suatu respon emosional yang terjadi pada individu dan rata-rata dialami oleh perantau, dapat berdampak pada kesejahteraan mental individu, dengan masalah seperti rindu akan keluarga, rindu akan rumah, dan rindu akan lingkungan sosial di mana tempat individu tersebut tinggal.

3. Mahasiswa Rantau

Menurut Hartaji¹⁹ mahasiswa adalah orang yang sedang menimba ilmu dan terdaftar di perguruan tinggi yang terdiri dari politeknik, akademik, universitas, sekolah tinggi atau institut. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa merupakan siswa yang belajar di perguruan tinggi. Disimpulkan bahwa mahasiswa merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi guna menambah pengetahuan dan sudah terdaftar secara resmi di suatu perguruan tinggi negeri maupun swasta. Sedangkan Universitas Islam Negeri adalah satuan pendidikan tinggi keagamaan

¹⁶ Pratiwi Nusi, Sitti Murdiana, and Dian Novita Siswanti, "Homesickness Ditinjau Dari Gaya Kelekatan Secure Dan Insecure Pada Mahasiswa Rantau," *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa* 2, no. 1 (2022): 1–10, <https://ojs.unm.ac.id/jtm/article/view/1-10>.

¹⁷ Istanto and Engry, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Homesickness Pada Mahasiswa Rantau Yang Berasal Dari Luar Pulau Jawa Di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Pakuwon City."

¹⁸ Istanto and Engry.

¹⁹ Permatasari, Arifin, and Padilah, "Studi Deskriptif Dampak Psikologis Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas PGRI Banyuwangi Dalam Penyusunan Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19."

Islam yang berada di bawah Kementerian Agama dengan fokus ilmu pengetahuan Islam, ilmu pengetahuan agama lain, ilmu pengetahuan yang berhubungan dengan pendidikan, hukum, antropologi, sosial, bahasa, dan lain sebagainya. Selain berperan dalam bidang pendidikan, universitas Islam memiliki peran penting dalam bidang ukhuwah islamiyah.²⁰

Rantau atau merantau yaitu orang yang memutuskan untuk pergi dari kampung halaman. Menurut pendapat Mochtar Naim dalam artikel Fuad Nasar, perantau tidak selamanya akan meninggalkan kampung halaman, akan tetapi hanya sementara dengan tujuan memperbaiki taraf kehidupannya.²¹ Jadi, merantau adalah kegiatan pergi dari kampung halaman untuk mendapatkan kehidupan yang lebih layak, baik dari segi ekonomi maupun pendidikan. Setelah berhasil mencapai tujuan tersebut selanjutnya perantau akan kembali untuk memajukan kampung halaman.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa mahasiswa rantau adalah orang yang sedang menimba ilmu di perguruan tinggi dan berasal dari luar daerah, yang berkuliah di UIN SAIZU Purwokerto serta mondok di pondok pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto.

C. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana strategi *coping* yang dilakukan mahasiswa rantau asli luar Jawa dalam mengatasi *homesickness*?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui strategi *coping* yang dilakukan mahasiswa rantau asli luar Jawa dalam mengatasi *homesickness*.

²⁰ M. Fuad Nasar, "Menelusuri Akar Genealogi Universitas Islam Negeri," Kementerian Agama Republik Indonesia, 2022, <https://kemenag.go.id/opini/menelusuri-akar-genealoginbspuniversitas-islam-negeri-mkkl61>.

²¹ M. Fuad Nasar.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini untuk menambah ilmu pengetahuan dan wawasan tentang strategi *coping* dalam mengatasi *homesickness* pada mahasiswa rantau. Selain itu diharapkan juga sebagai salah satu media pengembangan ilmu secara teoritis sesuai dengan apa yang sudah dipelajari di perkuliahan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi perantau, diharapkan dapat membantu dalam menemukan strategi *coping* mengatasi *homesickness* pada diri sendiri.
- b. Bagi mahasiswa, diharapkan dapat menambah wawasan, pengalaman, dan memperdalam pemahaman mengenai teori-teori yang sudah diterapkan di lapangan sesuai dengan bidang studi yang ditempuh.
- c. Bagi orang tua, diharapkan menjadi tambahan informasi bagi orang tua agar dapat membantu sang anak yang sedang merantau dalam menyusun strategi *coping* mengatasi *homesickness*
- d. Bagi pembaca, diharapkan dapat menambah pengetahuan dan referensi bacaan yang bisa berguna untuk penelitian selanjutnya.

F. Tinjauan Pustaka

Dalam kajian pustaka ini, peneliti mencantumkan penelitian yang telah dilakukan oleh pihak lain sebagai rujukan peneliti dalam mengembangkan materi ini. Penelitian yang terkait dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti.

Pertama, skripsi karya Aulia Rumaisa pada tahun 2023 yang berjudul “*Strategi Coping Mahasiswa Rantau Yang Mengalami Homesickness*”.²² Skripsi ini membahas bagaimana individu mengatasi *homesick* dengan menggunakan dua strategi berdasarkan teori Richard

²² Aulia Rumaisa, “Strategi Coping Mahasiswa Rantau Yang Mengalami Homesickness” (Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, 2023), https://eprints.iain-surakarta.ac.id/6261/1/Full_teks_191141089.pdf.

Lazarus, yaitu strategi *problem focused coping* yang berorientasi pada masalah dan *emotional focused coping* yang berorientasi pada emosi. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Rumaisa memiliki kesamaan dimana dijelaskan bagaimana gambaran mahasiswa rantau yang mengalami *homesickness* serta strategi *coping* dalam mengatasi *homesickness*. Perbedaan penelitian terletak pada subjek yaitu mahasiswa rantau dari luar pulau Jawa sedangkan peneliti menggunakan mahasiswa rantau dari luar pulau Jawa yang juga menimba ilmu di pondok pesantren sebagai subjek.

Kedua, skripsi karya Nikka Azzahra Syawalaufa pada tahun 2024 yang berjudul "*Hubungan antara Homesickness dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa Rantau di Universitas Sebelas Maret.*"²³ Skripsi ini membahas tentang hubungan *homesickness* dengan motivasi belajar pada mahasiswa perantau dimana semakin tinggi tingkat *homesickness* maka semakin rendah motivasi mahasiswa untuk belajar. Persamaan antara skripsi Nikka Azzahra Syawalaufa dengan peneliti yaitu membahas bagaimana *homesickness* yang dirasakan oleh mahasiswa perantau. Sedangkan perbedaannya yaitu dalam skripsi ini fokus dalam membahas hubungan antara *homesickness* dengan motivasi belajar sedangkan peneliti membahas tentang strategi yang digunakan dalam mengatasi *homesickness* mahasiswa rantau, selain itu pendekatan penelitian yang digunakan oleh peneliti dan Syawalaufa berbeda yaitu peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dan Syawalaufa menggunakan pendekatan kuantitatif.

Ketiga, skripsi karya Syah Aqil Imamy pada tahun 2022 yang berjudul "*Hubungan Locus Of Control dengan Homesickness pada Mahasiswa Rantau yang Menetap di Kota Bandung pada Masa Pandemic*

²³ Nikka Azzahra Syawalaufa, "Hubungan Antara Homesickness Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Rantau Di Universitas Sebelas Maret" (Universitas Sebelas Maret, 2024), <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/110337/Hubungan-antara-Homesickness-dengan-Motivasi-Belajar-pada-Mahasiswa-Rantau-di-Universitas-Sebelas-Maret>.

Covid 19”²⁴. Skripsi ini membahas bagaimana hubungan antara *locus of control* dengan *homesickness* pada mahasiswa rantau dengan hasil penelitian yaitu hubungan yang bersifat negatif antara *locus of control* dengan *homesickness*. Persamaan antara skripsi ini dengan peneliti yaitu sama-sama membahas bagaimana strategi mahasiswa mengatasi masalah *homesick* yang sedang dialami. Perbedaannya yaitu skripsi karya Syah Aqil Imamy membahas seberapa yakin mahasiswa mampu menyelesaikan permasalahannya, sedangkan peneliti fokus pada strategi yang digunakan oleh mahasiswa. Selain itu, perbedaan yang mendasar yaitu periode waktu, Syah Aqil Imamy menggunakan latar waktu saat masa pandemi covid 19, sedangkan peneliti menggunakan latar waktu pasca pandemi covid 19.

Keempat, skripsi karya Agung Wahyu Shaputra pada tahun 2021 yang berjudul “*Hubungan antara Strategi Coping dengan Resiliensi pada Mahasiswa Rantau di Universitas Islam Sultan Agung*.”²⁵ Skripsi ini membahas bagaimana hubungan antara strategi *coping* dengan resiliensi pada mahasiswa rantau, dari hasil penelitian disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara strategi *coping* dengan resiliensi mahasiswa rantau yang sedang menempuh pendidikan di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Persamaan dari skripsi ini dengan peneliti yaitu mengkaji strategi *coping* mahasiswa rantau dalam mengatasi permasalahan saat jauh dari lingkungan rumah dan orang tua. Perbedaannya terletak pada metode penelitian, dimana dalam skripsi ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, sedangkan peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif, selain itu juga terdapat perbedaan dimana skripsi tersebut membahas hubungan antara *coping* dan pengaruhnya terhadap resiliensi mahasiswa rantau, sedangkan peneliti membahas bagaimana strategi mahasiswa rantau dalam mengatasi *homesickness*.

²⁴ Syah Aqil Imamy, “Hubungan Locus Of Control Dengan Homesickness Pada Mahasiswa Rantau Yang Menetap Di Kota Bandung Pada Masa Pandemic Covid 19” (Universitas Pendidikan Indonesia, 2022), http://repository.upi.edu/71356/3/S_PSI_1702100_Title.pdf.

²⁵ Shaputra, “Hubungan Antara Strategi Coping Dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Rantau Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang.”

Kelima, skripsi karya Desca Erinanda Adhyaksy pada tahun 2019 yang berjudul “*Hubungan Antara Penyesuaian Diri dengan Homesickness pada Mahasiswa Rantau Tahun Pertama di Universitas Islam Sultan Agung Semarang*”.²⁶ Skripsi ini membahas bagaimana hubungan mahasiswa antara beradaptasi dengan lingkungan baru dengan *homesick* yang sedang dialami. Persamaan skripsi ini dengan peneliti yaitu membahas keterkaitan antara adaptasi diri di lingkungan baru dengan *homesickness*. Perbedaannya yaitu pada skripsi ini hanya menggunakan subjek mahasiswa rantau tahun pertama sedangkan peneliti tidak membatasi subjek dari segi tingkatan semester, hanya saja dibatasi pada mahasiswa rantau yang berada di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyah Purwokerto.

G. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan skripsi terdiri dari 5 BAB yaitu:

BAB I PENDAHULUAN, terdiri dari Latar Belakang Masalah, Penegasan Istilah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Kajian Pustaka, Sistematika Pembahasan.

BAB II KAJIAN TEORI, terdiri dari Strategi *Coping*, *Homesickness*, dan Mahasiswa Rantau.

BAB III METODE PENELITIAN terdiri dari Pendekatan dan Jenis Penelitian, Waktu dan Tempat Penelitian, Subjek dan Objek Penelitian, Metode Pengumpulan Data, dan Metodologi Analisis Data

BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS DATA, terdiri dari Gambaran umum lokasi, Gambaran Umum Subjek, Penyajian Data, Analisis Data, Pembahasan.

BAB V PENUTUP, terdiri dari Kesimpulan, dan Saran.

²⁶ Adhyaksy, “Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dengan Homesickness Pada Mahasiswa Rantau Tahun Pertama Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang.”

BAB II

STRATEGI *COPING* DALAM MENGATASI *HOMESICKNESS* PADA MAHASISWA RANTAU

A. Strategi *Coping*

1. Pengertian Strategi *Coping*

Strategi menurut Muhaimin Syah¹ yaitu rencana atau siasat, sedangkan dalam Bahasa Inggris, strategi memiliki kesamaan dengan kata *procedur* (langkah-langkah kegiatan) dan *approach* (pendekatan). Berdasarkan pengertian di atas strategi yaitu rangkaian langkah-langkah suatu tindakan yang direkayasa agar tercapainya suatu tujuan atau keinginan yang dituju. Sedangkan pengertian strategi secara umum adalah garis besar saat bertindak dalam usaha mencapai tujuan yang sudah ditentukan.

Coping adalah upaya individu dalam mengatasi stress yang dialami atau tanda-tanda atau gejala yang muncul dalam usaha melindungi diri dari permasalahan positif maupun permasalahan negatif dalam hidupnya, individu terkadang melakukan cara yang salah dalam menangani permasalahan yang sedang dihadapi.² *Coping* stress adalah tindakan yang bisa dilakukan oleh individu yang bertujuan meminimalkan, mengurangi, menguasai, dan mentolerir efek dari stres, individu juga dalam menggunakan strategi psikologis maupun strategi perilaku. *Coping* adalah usaha dalam mengurangi dan menetralkan stress yang terjadi pada individu.³

¹ Khoirul Budi Utomo, "Strategi Dan Metode Pembelajaran Pendidikan Agama Islam MI," *MODELING: Jurnal Program Studi PGMI* 5, no. 2 (2018): 145–56, <http://jurnal.stitnualhikmah.ac.id/index.php/modeling/article/view/331/316>.

² Jek Amidos Pardede et al., "Optimalisasi Koping Perawat Mengatasi Kecemasan Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Era New Normal," *Jurnal Peduli Masyarakat* 2, no. 3 (October 2020): 105–12, <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/jpm.v2i3.128>.

³ Novia Diah Anggraeni et al., "Gambaran Strategi Coping Mahasiswa Dalam Proses Belajar Daring Coping Strategy of Undergraduate Student," *Jurnal Ilmiah Psikologi Dan Terapan* 5, no. 1 (2022): 11–18.

Strategi *coping* adalah respon individu terhadap permasalahan dan proses pemulihan terhadap pengaruh pada pengalaman atau reaksi fisik dan psikis yang timbul berupa pernyataan atau tertekan yang dihadapi oleh individu.⁴ Adapun pengertian lain strategi *coping* yaitu bentuk upaya tindakan maupun kognitif yang dilakukan individu untuk bisa beradaptasi dengan lingkungan dan diri individu dengan tujuan menghindari tekanan yang mengganggu.⁵

2. Tipe-tipe strategi *coping*

Berdasarkan teori Richard Lazarus, strategi *coping* terbagi menjadi dua tipe yaitu:⁶

a. *Problem focused coping*

Problem focused coping yaitu sebuah bentuk *coping* yang langsung berfokus pada permasalahan, individu langsung mengambil tindakan dalam memecahkan permasalahan atau mencari informasi tentang solusi yang dapat berguna dalam memecahkan suatu permasalahan. *Problem focused coping* memiliki strategi dalam menangani stressor dengan mengatasi sumber dari stress yang terjadi dan terdiri dari 5 aspek, yaitu:⁷

1) *Active coping*

Cara yang dilakukan individu untuk mengurangi, menghindari tekanan, serta memperbaiki akibat dari adanya stressor pada individu agar bisa mengurangi tekanan dalam diri. Pada aspek ini individu mengambil tindakan secara langsung tanpa memikirkan baik buruk tindakan yang diambil.

2) *Planning*

Pada aspek *planning* individu cenderung lebih tertata, pengelolaan yang baik, serta menggunakan cara-cara yang tepat dalam

⁴ Andriyani, "Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problema Psikologis."

⁵ Anggraeni et al., "Gambaran Strategi Coping Mahasiswa Dalam Proses Belajar Daring Coping Strategy of Undergraduate Student."

⁶ Rumaisa, "Strategi Coping Mahasiswa Rantau Yang Mengalami Homesickness."

⁷ Rumaisa.

pemecahan stress yang sedang dialami. Dalam perencanaan strategi *coping* ini akan melibatkan pikiran dalam pengambilan keputusan seperti memikirkan rencana tindakan yang akan digunakan, apa saja yang diperlukan, bagaimana melakukannya, serta pertimbangan baik buruk strategi yang diambil. Jika semua sudah dirasa tepat maka perencanaan sudah bisa digunakan sebagai cara terbaik dalam mengatasi tekanan stressor pada individu.

3) *Suppression of competing activities*

Individu cenderung mengambil langkah penyelesaian terlebih dahulu agar bisa menghadapi stressor dan mengesampingkan urusan lain. Individu memusatkan pada permasalahan ancaman stressor yang bertujuan untuk membentuk penyelesaian masalah yang terjadi.

4) Kontrol diri

Dalam mengatasi sumber stress diperlukan kontrol diri yang baik pada diri individu, hal ini bertujuan agar individu tidak salah dalam mengambil langkah penyelesaian masalah. Sehingga penyelesaian masalah dilakukan tidak secara spontan, tetapi melalui pemikiran yang matang oleh sebab itu diperlukan kontrol diri yang baik.

5) Dukungan sosial bersifat instrumental

Dukungan sosial bersifat instrumental menurut Selye yaitu bantuan berupa tenaga, benda, maupun uang sebagai bentuk perhatian orang lain terhadap individu.⁸ Individu akan merasa lebih baik jika ada yang memberinya dukungan secara instrumental.

b. *Emotion focused coping*

Emotion focused coping yaitu *coping* yang berpusat pada emosi, individu akan mencari cara bagaimana bisa menurunkan emosi negatif yang dirasakan saat menghadapi suatu tekanan atau masalah.⁹

⁸ Lulu Annisa and Nurfitri Swastiningsih, "Dukungan Sosial Dan Dampak Yang Dirasakan Oleh Ibu Menyusui Dari Suami," *Empathy : Jurnal Fakultas Psikologi* 3, no. 1 (2015): 16–22, <https://doi.org/10.12928/empathy.v3i1.3013>.

⁹ Andriyani, "Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problema Psikologis."

Bentuk strategi yang digunakan yaitu strategi penanganan stressor dengan mengelola tindakan dan pikiran emosional negatif akibat dari stressor yang dirasakan oleh individu. Dalam *emotion focused coping* memiliki 5 aspek yang di antaranya:¹⁰

1) *Seeking of Emotional Social Support*

Dalam kondisi ini individu akan berusaha agar bisa mendapatkan dukungan emosional dari lingkungan sekitarnya, sehingga individu berharap bahwa lingkungan sekitar dapat memberikan dukungan berupa simpati, moral, perhatian, serta kepedulian terhadap dirinya. Dalam aspek ini lingkungan baru dan lingkungan lama sangat berperan penting dalam memberikan dukungan pada individu yang sedang mengalami *homesickenss*. Sehingga dibutuhkan kondisi lingkungan yang mendukung dan positif.

2) *Positive Reinterpretation*

Dalam penerimaan stressor individu akan menganggapnya sebagai suatu nilai yang positif terhadap hal yang terjadi pada dirinya, individu akan terdorong menjadi pribadi yang lebih baik dari pada sebelumnya. Stressor positif biasanya dialami oleh perantau yang sebelumnya pernah merasakan *homesickness* dan sudah berhasil dalam mengatasinya, sehingga individu menganggap sebuah permasalahan bukanlah tekanan yang membuat individu tidak berlarut-larut dalam kesedihan.

3) *Acceptance*

Acceptance atau penerimaan, individu akan bersikap menerima situasi yang terjadi pada dirinya, hal ini karena individu mempercayai bahwa apa yang sudah terjadi tidak dapat diubah atau diperbaiki. Individu yang sebelumnya sudah pernah merasakan *homesickness* akan lebih mudah dalam penerimaannya.

¹⁰ Rumaisa, "Strategi Coping Mahasiswa Rantau Yang Mengalami Homesickness."

4) *Denial*

Individu kerap kali denial terhadap apa yang sedang terjadi pada dirinya, yang biasa dilakukan oleh individu yaitu seperti melupakan atau menyangkal apa yang terjadi, individu akan bertindak seolah-olah tidak ada yang terjadi pada dirinya dan mengabaikan stressor yang muncul.

5) *Turning to Religion*

Dalam strategi ini individu akan menyertakan Tuhan dalam penyelesaian masalah yang sedang dihadapi, aspek spiritualitas yang biasanya dilakukan yaitu beribadah, berdoa, dan menyerahkan diri kepada Tuhan. *Coping* stress dengan melibatkan spiritualitas akan membuat individu merasakan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa dan dipercaya dapat membantu dalam menyelesaikan permasalahan yang sedang dialami individu.

Dari penjabaran di atas dapat disimpulkan bahwa strategi *coping* terdapat dua tipe yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. *Coping* berfokus pada cara yang dilakukan oleh individu dalam menangani permasalahan sesuai dengan penyebab dan kesanggupan masing-masing individu.

3. Macam-macam *Coping*

- a. *Coping* psikologis yaitu bentuk penerimaan individu terhadap stresor yang dialami. Individu menimbang seberapa berat tekanan yang dirasakan serta keaktifan *coping* dalam bereaksi.
- b. *Coping* psikososial yaitu reaksi psikososial terhadap rangsangan stres yang diterima individu.¹¹

B. Homesickness

1. Pengertian *Homesickness*

Thurber mengartikan homesickness sebagai suatu kendala atau gangguan akibat jauh dari rumah. Selain itu homesickness mencangkup

¹¹ Andriyani, "Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problema Psikologis."

beberapa dimensi diantaranya sulitnya beradaptasi, selalu memikirkan rumah, rasa kesepian, rindu akan teman, dan yang paling penting rindu suasana di rumah¹². *Homesickness* juga didefinisikan sebagai emosi yang timbul pada individu setelah berpisah dari tempat tinggalnya¹³.

2. Aspek-aspek *Homesickness*

Hubungan antara strategi *coping* dengan aspek *homesickness* dapat dipahami dengan menganalisis bagaimana berbagai strategi *coping* dapat memengaruhi atau mengurangi gejala *homesickness*. Sehingga strategi *coping* yang efektif dapat membantu dalam mengurangi *homesickness*. Menurut Tilburg *homesickness* diklasifikasikan menjadi tiga aspek, yaitu aspek kognitif, aspek perilaku, dan aspek emosi.¹⁴

a. Aspek kognitif

Akan terus-menerus muncul pikiran tentang tanah kelahiran, kondisi lingkungan tempat dia dibesarkan, orang-orang terdekat yang ada di lingkungan rumah, bentuk fisik bangunan rumah yang selama ini di tinggali, tempat-tempat yang biasa dia tempati untuk bersantai dan mengerjakan tugas, cita rasa masakan rumah, binatang yang dipelihara, keinginan untuk pulang, cara bagaimana bisa pulang, kapan waktunya bisa pulang ke rumah. Terdapat sisi negatif dalam aspek kognitif *homesickness* yaitu adanya pikiran negatif mengenai lingkungan baru.¹⁵

¹² Said Farhan Shasra, "Gambaran Homesickness Siswa Baru Di Pondok Pesantren," *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial* 9, no. 4 (2022): 1247–52, <https://doi.org/10.31604/jips.v9i4.2022.1247-1252>.

¹³ Dyah Luthfia Kirana, Rendra Khaldun, and Aiba Fauzi Alfaizi, "Penanganan Kasus Homesickness Melalui Cognitive Behaviour Terapi Dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Dan Terapi Sabar Di Yayasan Peduli Anak," *Qawwam: Jurnal For Gender Mainstreaming* 15, no. 1 (2021): 69–88, <https://doi.org/10.20414/qawwam.v15i1.3437>.

¹⁴ Wafiq Azizaturrohman, "Hubungan Homesickness Dengan Self Adjustment Pada Santri Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo" (Institut Agama Islam Tribakti, 2023), <http://repo.uit-lirboyo.ac.id/id/eprint/960>.

¹⁵ Kirana, Khaldun, and Alfaizi, "Penanganan Kasus Homesickness Melalui Cognitive Behaviour Terapi Dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Dan Terapi Sabar Di Yayasan Peduli Anak."

b. Aspek perilaku

Individu yang sedang merasakan *homesickness* akan menampakkan perilaku yang kurang semangat, kurang berminat pada lingkungan baru yang membuat individu merasa rindu akan rumah, bersikap apatis atau acuh terhadap hal-hal di sekitarnya, muncul perilaku kurang inisiatif, menarik diri dari dunia lingkungan sosial sehingga individu akan kesulitan mendapatkan teman. Individu yang sedang merasakan *homesickness* akan lebih dekat dengan orang rumah daripada orang-orang yang ada di lingkungan barunya.¹⁶

c. Aspek emosi

Individu merasa tidak puas terhadap lingkungan barunya. Ke tidakpuasan ini ditujukan pada teman-teman di lingkungan baru dan kehidupan sosial di tempat barunya tersebut. *Homesickness* lebih cenderung menonjolkan emosi marah dan sedih sebagai bentuk protes karena individu harus meninggalkan rumah dan bentuk emosi terhadap orang-orang baru dan lingkungan barunya¹⁷.

3. Faktor Penyebab *Homesickness*

Homesickness bisa timbul dalam diri individu disebabkan oleh beberapa faktor yang dialami pada perantau, Thurber dan Walton mengungkapkan terdapat beberapa faktor penyebab *homesickness* pada perantau diantaranya yaitu baru pertama kali jauh dari kampung halaman dalam waktu yang lama, kontrol diri rendah, terlalu bergantung pada orang tua, memutus hubungan sosial dengan lingkungan baru, *preseparation* sikap negatif, perbedaan budaya dan lingkungan yang kontras.

Memahami faktor penyebab *homesickness* penting dalam menentukan strategi *coping* yang tepat dalam penanganannya, sehingga strategi yang digunakan efektif dalam mengatasi permasalahan

¹⁶ Kirana, Khaldun, and Alfaizi.

¹⁷ Kirana, Khaldun, and Alfaizi.

homesickness. Menurut Willis dkk faktor penyebab perasaan *homesickness* dapat timbul dalam diri individu diantaranya:¹⁸

a) Meninggalkan teman di kampung halaman

Jauh dari teman merupakan salah satu penyebab individu dapat merasakan *homesickness*. Terlebih jika teman tersebut sudah menjadi tempat untuk berbagi cerita, ketika jauh dari teman akan membuat individu merasa kehilangan orang terdekat. Sering kali individu yang berjauhan dengan temannya komunikasi akan terhambat, ini disebabkan karena sudah adanya kesibukan masing-masing yang membuat intensitas untuk berkomunikasi berkurang.

Individu pada masa awal merantau terkadang akan kesulitan dalam mendapatkan teman, hal ini bisa disebabkan karena masih terjebak dalam kenyamanan lingkungan pertemanan di kampung halaman. Sehingga terdapat perasaan emosional yang mana individu merasa tidak puas dengan lingkungan baru.

b) Jauh dari keluarga

Jauh dari keluarga sudah menjadi risiko yang dialami oleh perantau, individu yang baru mengalami hal ini akan merasa *homesickness*. dampak positif jauh dari keluarga akan membuat individu menjadi pribadi yang mandiri. Namun, terkadang individu yang baru merasakan merantau akan merasa berat dan belum terbiasa.

c) Pikiran terfokus pada rumah

Individu yang merantau dan merasa kurang puas dengan tempat barunya akan merasa bahwa rumah adalah tempat yang paling nyaman untuk ditinggali. Secara tidak sadar aspek kognitif individu akan membandingkan kenyamanan antara di rumah dan perantauan. sehingga kenyamanan di lingkungan baru belum dirasakan oleh perantau, hal ini yang membuat perantau merasa *homesick* di tempat barunya.

¹⁸ Izatin, "Pengaruh Terapi Berpikir Positif Terhadap Tingkat Penurunan Homesickness Santriwati Baru Pondok Pesantren Assalafiy Al-Ikhlas Tarokan Kediri."

d) Kesepian

Kesepian adalah hal yang biasa dirasakan oleh perantau yang memilih tempat perantauan jauh dari kampung halaman. Saat merantau ia tidak memiliki keluarga, orang terdekat, teman, dan bahkan tidak ada orang yang ia kenali. Oleh sebab itu, mudah sekali individu bisa merasa kesepian. Kesepian termasuk aspek kognitif yang berkaitan dengan pola pikir individu, individu yang tidak memiliki teman akan merasa dikucilkan dan tidak diterima oleh lingkungan baru, hingga akhirnya timbul rasa kesepian.

e) Kurang pandai beradaptasi

Salah satu keahlian yang menguntungkan bagi perantau adalah keahlian dalam beradaptasi. Namun, perantau awal biasanya belum memahami bagaimana beradaptasi dengan lingkungan baru serta masih adanya perasaan canggung untuk berkomunikasi dengan orang baru, selain itu ekspektasi yang tidak sesuai dengan realita membuat individu merasa tidak tertarik untuk mencobanya lagi, hal ini menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam hal adaptasi yang membuat individu merasa frustrasi, kehilangan arah dan tujuan, serta menurunnya ketertarikan individu dengan lingkungan baru. Ketidakpandaian individu dalam beradaptasi akan membentuk kemarahan pada diri individu sehingga termasuk dalam aspek emosional.

4. Ciri-ciri *Homesickness*

Homesickness memiliki ciri-ciri yaitu pikiran yang terus memikirkan tentang rumah, emosi negatif, dan muncul gejala-gejala pada tubuh seperti sakit atau kelelahan.¹⁹ Hubungan antara strategi *coping* dengan ciri-ciri *homesickness* sangat berkaitan erat, hal ini dikarenakan pemilihan strategi *coping* yang tepat dengan ciri-ciri spesifik *homesickness* yang dialami akan memberikan dampak positif yang baik pada masing-masing individu.

¹⁹ Kirana, Khaldun, and Alfaizi, "Penanganan Kasus Homesickness Melalui Cognitive Behaviour Terapi Dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Dan Terapi Sabar Di Yayasan Peduli Anak."

Menurut Poyrazli dan Lopez dalam Hendrickson terdapat beberapa ciri-ciri *homesickness* yaitu kesedihan, sulit beradaptasi, dan kesendirian. Hendrickson mengatakan terdapat beberapa ciri-ciri *homesickness* pada individu, diantaranya:²⁰

- a) Lebih sering berkomunikasi dengan lingkungan di kampung halaman
- b) Menarik diri dari kegiatan di lingkungan baru
- c) Tidak dapat mengambil keputusan yang tepat
- d) Merasa cemas di lingkungan barunya
- e) Sulit mempelajari keterampilan

5. Gejala *Homesickness*

Dari segi psikologi gejala yang timbul yaitu berupa suasana hati yang berubah, malas beraktivitas, adanya kesempatan untuk menyalahkan orang lain terhadap kondisi psikis yang kurang baik, ketakutan dan gelisah, kecemasan, penerimaan uang yang terlambat membuat ia merasa cemas dan sedih, kurang ramah terhadap orang lain, munculnya rasa ketidakpercayaan diri. Gejala-gejala tersebut membuat individu sering menyendiri, mengurung diri, dan menangis, hingga akhirnya individu akan mengalami gangguan sosial dan psikologis²¹. Gejala lain yang timbul yaitu merasa depresi, kesulitan dalam berkonsentrasi, murung, kemampuan dalam bidang akademik menurun, sulit fokus, dan yang paling fatal adalah percobaan bunuh diri²².

C. Mahasiswa Rantau

1. Pengertian mahasiswa

Menurut Sarwono (dalam Arifin Permatasari dan Padilah), mahasiswa yaitu individu yang secara resmi terdaftar dengan tujuan

²⁰ Bertina Syafrinia, "Bimbingan Individu Bagi Santri Homesickness Di Pondok Pesantren Manba'ul Hikmah Wonogiri" (UIN Raden Mas Said Surakarta, 2023), [https://eprints.iain-surakarta.ac.id/7011/1/Bertina Syafrinia_161221146_BKI.pdf](https://eprints.iain-surakarta.ac.id/7011/1/Bertina%20Syafrinia_161221146_BKI.pdf).

²¹ Kirana, Khaldun, and Alfaizi, "Penanganan Kasus Homesickness Melalui Cognitive Behaviour Terapi Dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Dan Terapi Sabar Di Yayasan Peduli Anak."

²² Tsamarah Luqiyana, "Hubungan Antara Kualitas Pertemanan Dan Kerinduan Pada Rumah Pada Siswa Baru Di Lingkungan Pesantren," *Journal of Psychology and Islamic Science* 6, no. 1 (2022): 12–20, <https://doi.org/https://doi.org/10.30762/happiness.v6i1.475>.

mendapatkan pengajaran dan ikut serta dalam pelajaran di perguruan tinggi dengan rentang usia 18-30 tahun. Mahasiswa memperoleh status karena adanya keterikatan dengan perguruan tinggi di tempat menimba ilmu. Mahasiswa juga tergolong sebagai calon cendekiawan atau intelektual muda di dalam suatu lapisan masyarakat²³.

Mahasiswa memiliki tanggung jawab lebih agar berguna, tidak hanya untuk dirinya sendiri tetapi juga berguna bagi orang lain. Dapat disimpulkan bahwa mahasiswa merupakan individu yang memiliki keterikatan dengan perguruan tinggi baik universitas, institut, akademi, yang terikat karena adanya kegiatan akademik dan diharapkan dapat menjadi intelektual atau cendekiawan.

2. Pengertian rantau

Menurut Naim, perantau yaitu orang yang meninggalkan kampung halaman untuk tujuan tertentu, mencari pengalaman, dan menuntut ilmu yang diharapkan suatu saat nanti akan kembali ke kampung halaman, sehingga mereka berpindah ke tempat baru bukan untuk menetap. Menurut Tsuyoshi, merantau adalah kegiatan meninggalkan daerah asal tempat ia tinggal atau tempat kelahiran dengan tujuan untuk mendapat pendidikan dan kehidupan yang lebih layak. Sedangkan pengertian mahasiswa rantau adalah orang yang pergi dari kampung halaman untuk menimba ilmu serta mencari pengalaman di suatu perguruan tinggi.²⁴

3. Mahasiswa Rantau

Mahasiswa rantau adalah orang yang memutuskan untuk meninggalkan rumah dan kampung halaman sehingga jauh dari orang tua dengan tujuan untuk melanjutkan studi dan sudah terdaftar di sebuah

²³ Permatasari, Arifin, and Padilah, "Studi Deskriptif Dampak Psikologis Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas Pgri Banyuwangi Dalam Penyusunan Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19."

²⁴ Herdi and Fitriana Ristianingsih, "Perbedaan Resiliensi Mahasiswa Rantau Ditinjau Berdasarkan Gelar Budaya," *Insight: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 10, no. 1 (June 2021): 30–40, <https://doi.org/https://doi.org/10.21009/INSIGHT.101.05>.

perguruan tinggi.²⁵ Menurut Winata, mahasiswa rantau adalah individu yang sedang tidak tinggal di daerah asalnya dan sedang berada di lingkungan yang baru dengan tujuan mencari ilmu pendidikan yang lebih baik dari daerah asalnya.²⁶

Pengertian mahasiswa rantau menurut Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan yaitu mahasiswa yang melakukan kegiatan perantauan dikarenakan letak perguruan tinggi yang jauh dari daerah asalnya, sehingga mahasiswa memutuskan untuk tinggal di dekat perguruan tinggi tempat mereka menimba ilmu dan meninggalkan kampung halaman dalam kurun waktu tertentu.²⁷

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa rantau adalah individu yang sudah terdaftar di perguruan tinggi dan memutuskan untuk meninggalkan kampung halaman demi mendapatkan pendidikan yang baik dalam kurun waktu tertentu, dengan tujuan meningkatkan kualitas individu.

4. Perilaku rantau

Perantau khususnya mahasiswa memiliki perilaku yang berbeda-beda, seperti perilaku dan perasaan negatif yang sering timbul pada mahasiswa yang kesulitan dalam beradaptasi, sehingga mahasiswa menjadi rendah diri, pendiam, kurangnya rasa kepercayaan diri, putus asa, sedih, *homesick*, menarik diri dari lingkungan baru, dan yang terparah mahasiswa mengalami stress yang dapat menyebabkan menurunnya kualitas akademik.²⁸

²⁵ A. Martvie Larassati, "Hubungan Antara Motivasi Belajar Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Rantau Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang" (Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang, 2018), <http://etheses.uin-malang.ac.id/13540/1/14410024.pdf>.

²⁶ Allychia Nanalingdita Thea Putri, "Hubungan Antara Homesickness Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Rantau" (Yogyakarta, June 21, 2021), https://repository.usd.ac.id/40628/2/179114033_full.pdf.

²⁷ Hilya Diniyya Hediati and Nur Ainy Fandhana Nawangsari, "Perilaku Adaptif Mahasiswa Rantau Fakultas Psikologi Universitas Airlangga," *Doctoral Dissertation, Universitas Airlangga* (Universitas Airlangga, 2020), <https://repository.unair.ac.id/113281/>.

²⁸ Herdi and Ristianingsih, "Perbedaan Resiliensi Mahasiswa Rantau Ditinjau Berdasarkan Gelar Budaya."

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang bertujuan untuk memahami suatu fenomena manusia atau sosial dengan cara menggambarkan suatu keadaan secara menyeluruh dan terperinci yang diwujudkan dengan kata-kata, data yang diperoleh melalui sumber dari subjek dan dilakukan berdasarkan latar belakang alamiah.¹

Pada penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Pendekatan kualitatif dengan cara menarik penafsiran terhadap peristiwa yang diteliti. Hal ini bertujuan untuk mengetahui motif strategi *coping* apa yang digunakan mahasiswa dalam mengatasi *homesickness* pada mahasiswa di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto.

2. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan yaitu studi kasus, studi kasus merupakan jenis penelitian mendalam dari permasalahan perantau yang sedang menimba ilmu agama di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto. Tujuannya untuk memusatkan atau mempersempit pembahasan yang sangat luas.

menurut Merriam & Tisdell mendefinisikan studi kasus sebagai sebuah penelitian dalam bentuk deskripsi dan analisis mendalam terhadap sebuah sistem yang tidak dapat terlepas dari satu kasus dengan kasus yang lainnya, karena dalam suatu studi kasus memunculkan sebuah sistem yang bekerja secara terintegrasi dan berpola. Studi kasus menggunakan teknik wawancara, observasi dan dokumentasi.²

¹ Muhammad Rijal Fadli, "Memahami Desain Metode Penelitian Kualitatif," *Jurnal Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum* 21, no. 1 (2021): 33–54, <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1>.

² Taufik Hidayat, "Pembahasan Studi Kasus Sebagai Bagian Metodologi Penelitian" (Purwokerto, August 18, 2019), <https://www.researchgate.net/publication/335227300>.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat penelitian dilakukan di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto, yang berlokasi di Jalan K.S. Tubun, RT 03 RW 05, Karangsalam Kidul, Kedung Banteng, Dusun II, Karangsalam Kidul, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah 53152.

2. Waktu penelitian

Waktu penelitian dimulai pada bulan Maret 2024 sampai dengan bulan Juni 2024.

C. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah mahasiswa rantau asli luar pulau Jawa yang tinggal di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto, dengan kategori mahasiswa yang pernah mengalami *homesickness* sehingga dapat memberikan data atau informasi yang berkaitan dengan situasi dan kondisi yang melatar belakangi penelitian ini. Subjek yang memenuhi kriteria peneliti yaitu tiga orang diantaranya, Isnaini Rammahdina asal Kalimantan Barat mahasiswa semester enam, Siti Baiti Rohmah asal Kalimantan Timur mahasiswa semester empat, dan Devi Aulia asal Sumatera Selatan mahasiswa semester enam. Selain ketiga subjek, terdapat dua informan pendukung yang berguna untuk mengonfirmasi bahwa keterangan subjek benar adanya serta memberikan keterangan tambahan guna melengkapi data penelitian, yaitu informan Sofi Nur Khofifah dan informan Bella.

2. Objek Penelitian

Objek diperlukan untuk mengetahui tentang aspek dan permasalahan yang diteliti. Objek dalam penelitian ini adalah strategi *coping* mahasiswa rantau di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto dalam mengatasi *homesickness* yang dialami.

D. Penentuan Subjek

Pertimbangan yang perlu diperhatikan oleh peneliti dalam memilih subjek penelitian antara lain:

1. Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
2. Santri Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto
3. Asli luar Pulau Jawa
4. Pernah mengalami *homesickness*

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi

Observasi merupakan pengamatan peneliti terhadap subjek. Observasi adalah penjabaran umum untuk melaporkan hasil pengamatan. Observasi diperlukan guna melaporkan hasil penelitian dengan tujuan mendapatkan informasi dan penjelasan secara rinci dari sudut pandang keilmuan kepada pembaca. Selain itu tujuan observasi adalah untuk menyampaikan data secara faktual dan sistematis.³ Observasi dalam penelitian ini yaitu dilakukan di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto.

2. Wawancara

Wawancara yang dilakukan oleh peneliti merupakan wawancara terbuka dan semi-terstruktur. Wawancara merupakan teknik tanya jawab kepada subjek dalam suatu proses penggalian informasi guna mendapatkan data yang sesuai dengan fakta di lapangan.⁴ Sebelum melakukan wawancara penulis akan menyusun daftar pertanyaan terlebih dahulu sebagai pedoman wawancara. Daftar wawancara yang dipersiapkan tidak monoton sehingga disesuaikan dengan situasi yang ada.

Sumber subjek dalam penelitian ini yaitu tiga mahasiswa rantau luar pulau Jawa yang ada di Pondok Pesantren At-Thohiriyyah Purwokerto

³ Ajeng Ayu Sarita and Endah Imawati, "Peningkatan Keterampilan Memahami Teks Laporan Hasil Observasi Menggunakan Metode Diskusi Siswa Kelas VIII," *Prosiding Seminar Akademik Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia* 1, no. 1 (2022): 39–46, <https://conference.ut.ac.id/index.php/psapbin/article/view/1094>.

⁴ Hidayat, "Pembahasan Studi Kasus Sebagai Bagian Metodologi Penelitian."

serta orang terdekat subjek. Tujuan wawancara dengan orang terdekat subjek yaitu untuk memastikan bahwa data yang disampaikan oleh subjek adalah benar adanya. Selain menggunakan metode wawancara terbuka, peneliti juga menggunakan metode wawancara semi-terstruktur yang fleksibel tetapi terkontrol, serta terdapat pedoman wawancara sebagai patokan alur dan urutan pertanyaan. Wawancara yang dilakukan peneliti kepada subjek berkaitan dengan profil masing-masing subjek, aspek-aspek *homesickness*, faktor *homesickness*, ciri-ciri *homesickness* yang dirasakan subjek serta strategi *coping* yang digunakan subjek dalam mengatasi *homesickness*.

3. Dokumentasi

Dokumentasi berupa hal-hal yang berkaitan dengan penelitian seperti notulen, agenda, rapat, catatan, transkrip, dan gambar atau foto. Dokumentasi dalam penelitian ini adalah pengambilan gambar atau foto sebagai bukti telah melakukan wawancara dan observasi kepada mahasiswa rantau asli luar Jawa yang tinggal di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto, selain itu fungsi lain dari dokumentasi yaitu untuk mempererat hubungan peneliti dengan subjek penelitian.⁵

F. Teknik Analisis Data

1. Reduksi data

Dengan cara merangkum hal-hal penting dari hasil wawancara dan observasi. Lalu mencocokkan dengan tema penelitian yang peneliti sedang lakukan dan mengambil data-data inti yang relevan antara tema dan informasi yang didapat. Reduksi data dilakukan setelah data primer dan data sekunder lengkap. Sumber data primer diperoleh berdasarkan hasil wawancara dengan subjek yang pernah mengalami *homesickness* hingga bisa menemukan strategi *coping* dalam mengatasi *homesickness* yang dialami. Peneliti melakukan wawancara dengan tujuan menggali informasi

⁵ Hidayat.

sesuai judul penelitian sehingga dapat memperoleh data yang selanjutnya akan dianalisis sehingga bisa menjawab tujuan dari penelitian.

Sumber data sekunder sebagai pelengkap dari data primer yang didapatkan oleh peneliti. Data sekunder didapat melalui sumber yang sudah ada dan digunakan untuk membantu penelitian berupa skripsi, jurnal, dan buku yang berkaitan dengan penelitian. Dalam penelitian ini reduksi data dilakukan kepada ketiga subjek guna mengecek kesesuaian data pada mahasiswa rantau mengenai strategi *coping* dalam mengatasi *homesickness* di Ath-Thohiriyyah Purwokerto.

2. Penyajian data

Penyajian data yaitu informasi yang sudah disusun dan jika diperlukan dilakukan penarikan kesimpulan. Penyajian data berguna untuk dapat melihat gambaran secara utuh terkait suatu permasalahan sesuai dengan tema yang disajikan secara lengkap, ringkas, dan runtut. Penyajian data dalam penelitian ini diperoleh berdasarkan hasil pengamatan, dokumentasi, dan wawancara. Menurut Miles dan Huberman, dalam penelitian kualitatif penyajian data dalam bentuk penulisan cerita adalah teknik yang paling sering digunakan dalam penyebarluasan data.⁶

3. Penarikan kesimpulan

Penarikan kesimpulan dilakukan oleh peneliti untuk mempermudah pembaca dalam mencari poin inti dari sebuah karya tulis ilmiah. Kegiatan yang dilakukan yaitu mencari hal penting yang berhubungan dengan tema, persamaan dan perbedaan yang berhubungan dengan tema penelitian. Penarikan kesimpulan difungsikan untuk merangkai kesimpulan sehingga mendapatkan rangkuman dari hasil riset setelah dilakukan proses reduksi data dan penyajian informasi.

⁶ Fitri Nur Mahmudah, *Analisis Data Penelitian Kualitatif Manajemen Pendidikan Berbantuan Software Atlas.TI 8*, ed. Budi Asyhari, Pertama (Yogyakarta: UAD PRESS, 2021).

G. Teknik Keabsahan Data

Teknik keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan triangulasi data. Triangulasi data adalah proses menguji keakuratan simpulan dan informasi yang didapatkan dalam penelitian. Dengan mengumpulkan data dari berbagai sumber yang kemudian membandingkan serta memvalidasi hasil dari sumber.

Metode yang digunakan dalam pengumpulan sumber data primer yaitu berupa wawancara, observasi, dan dokumentasi. Metode yang digunakan dalam pengumpulan sumber data sekunder yaitu buku, skripsi, jurnal, penelitian terdahulu, dan website resmi yang tervalidasi. Tujuan penggunaan triangulasi data yaitu untuk meningkatkan validitas dan keandalan hasil atau temuan dalam penelitian.

Triangulasi dapat dilakukan dengan berbagai cara, seperti triangulasi data, triangulasi metode, serta triangulasi peneliti. Triangulasi data yaitu bersumber dari subjek yang berbeda, di waktu yang berbeda untuk memperkuat temuan. Triangulasi metode yaitu menggunakan cara yang berbeda dengan subjek yang sama seperti wawancara mendalam, observasi, serta dokumentasi. Serta triangulasi peneliti dengan melibatkan kolaborasi antara peneliti yang berbeda dan membandingkan temuan mereka.⁷

⁷ Yasri Rifa'i, "Analisis Metodologi Penelitian Kualitatif Dalam Pengumpulan Data Di Penelitian Ilmiah Pada Penyusunan Mini Riset," *Cendekia Inovatif Dan Berbudaya* 1, no. 1 (2023): 31–37, <https://doi.org/10.59996/cendib.v1i1.155>.

BAB IV

PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA

A. Gambaran umum lokasi penelitian

1. Sejarah Singkat Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto

Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah yang berada di dusun Parakanonje, desa Karangsalam Kidul, kecamatan Kedungbanteng, kabupaten Banyumas ini telah mengalami sejarah panjang. Pada awalnya, cikal bakal pesantren ini merupakan sebuah kelompok pengajian yang didirikan oleh Simbah K.H. Muhammad Sami'un pada tahun 1960-an. Setelah beliau wafat pada tahun 1392 H./1972 M., kelompok pengajian ini dilanjutkan oleh putra menantu beliau, Simbah K.H. Muhyiddin Abdul Mu'id, yang memimpin kegiatan di Masjid Jami' An-Ni'mah Parakanonje.

Setelah beberapa tahun sejak kepulangan menantu beliau, Abuya K.H. Mohammad Thoha 'Alawy, A.H. dari Makkah, dengan bantuan dan dukungan para Remaja Islam Parakanonje untuk melestarikan pengajian tersebut yang sempat surut, maka terbentuklah Kelompok Studi dalam naungan Madrasah Diniyyah Al-Mustaqbal yang berkiprah dalam pengajaran Al-Qur'an, Fasholatan, dan Ilmu Bahasa (Arab, Inggris, dan Indonesia). Madrasah ini menjadi sambung tangan kiprah perjuangan Mbah Sami'un dalam mensyiarkan agama Islam di dusun Parakanonje dan merupakan wasilah terhadap berdirinya Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah.

Kegiatan ini terus berkembang dan menarik minat masyarakat, hingga mulai terdapat beberapa santri yang mukim atau menetap di *ndalem* Abuya menjadi santri-santri awal di Pondok. Berkat dukungan masyarakat dan pihak-pihak lain untuk melestarikan kegiatan dalam mensyiarkan agama Islam tersebut, maka diresmikanlah Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah di bawah asuhan Abuya K.H. Mohammad Thoha 'Alawy, A.H. pada tanggal 22 Desember 1992 dengan melaksanakan

peletakan batu pertama oleh Simbah Nyai Hj. Shofiyah Umar dari Solo (kakak perempuan dari Mbah Muhyiddin).

Sampai saat ini, Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah terus berkembang dalam mensyiarkan ajaran Islam sesuai paham Ahlus Sunnah wal Jama'ah dengan program Tahfidzul Qur'an dan kajian terhadap Kitab-kitab Turats, di bawah asuhan Abuya dan keluarga, dengan dibantu oleh sebagian Dzurriyyah Mbah Sami'un dan Dewan Asatidz lain.

2. Data Santri Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto

Santri Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto berjumlah 368 santriwan-santriwati, 258 diantaranya adalah santri putri, dan 110 santri putra. Santri yang berasal dari luar Pulau Jawa berjumlah 9 orang, namun yang masih berkuliah terdapat 7 santri mahasiswa dan yang bersedia menjadi subjek penelitian ini sejumlah 3 santri mahasiswa.

B. Profil Mahasiswa Rantau Asli Luar Pulau Jawa

1. Isnaini Rammahdina

Subjek pertama yaitu Isnaini Rammahdina mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto semester enam, fakultas Tarbiyyah prodi Pendidikan Agama Islam yang merupakan mahasiswa rantau asal Kalimantan, berjenis kelamin wanita usia 21 tahun, anak kedua dari dua bersaudara yang berasal dari Kalimantan Barat kabupaten Sekadau. Sejak kecil hingga lulus SMP Isnaini tinggal bersama keluarganya. Setelah lulus SMP Isnaini memutuskan untuk merantau ke Jawa Tengah, tepatnya Kabupaten Cilacap untuk bersekolah di Madrasah Aliyah Negeri 1 Cilacap dan juga memutuskan untuk mondok di Pondok Pesantren Anwaarunnajaah Cilacap.

Setelah lulus MAN dan melanjutkan ke jenjang perkuliahan, Isnaini yang nyaman dengan kehidupan di pondok memilih Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah sebagai tempat tinggalnya di Purwokerto selama berkuliah. Isnaini yang sudah sejak bangku MAN meninggalkan rumah merasa yakin untuk melanjutkan pendidikannya di tanah Jawa,

Isnaini merasa biaya pendidikan di Jawa cukup terjangkau dengan fasilitas dan program belajar-mengajar yang bagus.

2. Siti Baiti Rohmah

Subjek kedua yaitu Siti Baiti Rohmah mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto semester empat, fakultas Tarbiyyah prodi Pendidikan Agama Islam, mahasiswa rantau asal Kalimantan Timur Kabupaten Tanah Grogot, berjenis kelamin Perempuan usia 21 tahun. Alasan Siti memilih UIN SAIKU sebagai tempat untuk menimba ilmu karena sudah jatuh cinta dengan Jawa Tengah yang asri dan makanannya yang murah-murah, selain itu UIN SAIKU terletak di Purwokerto yang tidak jauh dari rumah neneknya di Cilacap.

Siti adalah anak sulung dari tiga bersaudara. Keluarga Siti adalah keluarga harmonis yang setiap harinya selalu menyempatkan waktu untuk berkumpul bersama, sehingga masa awal merantau dirasa cukup berat untuk Siti karena tidak bisa bertemu dengan keluarganya. Saat SMA Siti mondok yang masih satu kabupaten dengan rumahnya di Kalimantan. Kegiatan sehari-hari Siti selama kuliah yaitu mengaji, kuliah, dan setiap jumat-minggu Siti menyibukkan diri di komunitas Gudang Sinau.

3. Devi Aulia

Subjek ketiga yaitu Devi Aulia mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto semester enam, fakultas Tarbiyyah, prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah. Mahasiswa rantau asal Sumatera Selatan Kabupaten Oku, berjenis kelamin perempuan usia 21 tahun. Alasan Devi memilih berkuliah di Purwokerto karena Devi merasa pendidikan di Jawa lebih unggul daripada di kampung halamannya.

Devi adalah anak kedua dari dua bersaudara. Keluarga Devi termasuk keluarga yang harmonis, saat di rumah setiap harinya menyempatkan untuk berbagi cerita tentang apa yang dilakukan pada hari tersebut, sehingga setelah jauh dari keluarga Devi merasa sedih kehilangan tempat untuk bercerita. Devi sudah merantau sejak masa

Aliyyah saat usianya masih 14 tahun, Devi bersekolah di Pondok Pesantren MA Yajri 2 Pakis, Magelang.

Selain ketiga subjek diatas, terdapat dua informan pendukung yang mana mereka adalah orang terdekat subjek. Sehingga bisa membantu dalam meyakinkan peneliti bahwa data yang diberikan oleh subjek adalah benar adanya. Yaitu informan Sofi Nur Khofifah yang merupakan saudara dari subjek Isnaini Rammahdina, hubungan antara keduanya adalah saudara yang sudah sering berbagi kisah satu sama lain. Kedua, informan Bella yang merupakan teman pondok dari subjek Devi Aulia, keduanya sudah saling mengenal sejak awal mondok di Ath-Thohiriyyah dan juga teman satu kamar.

C. Strategi *Coping* Mahasiswa Luar Jawa dalam Mengatasi *Homesickness*

Setiap individu yang merantau pastinya memiliki tujuan masing-masing, tujuan utamanya yaitu untuk mendapatkan kehidupan yang lebih layak dengan cara meningkatkan *skill*, meningkatkan ilmu pengetahuan, dan meningkatkan derajat hidupnya. Setelah semua tujuan sudah tercapai banyak perantau yang memilih untuk kembali ke kampung halaman dengan tujuan memajukan kampung halamannya atau rindu tinggal di kampung halaman kembali.

Perantau kerap kali merasa *homesickness* karena rindu suasana rumah dan rindu lingkungan kampung halamannya. Penyebab perantau merasa *homesickness* karena belum mampu dalam beradaptasi dengan lingkungan baru baik dari segi bahasa, kebiasaan, makanan, dan lain sebagainya. Penyebab lainnya yaitu masih menutup diri dari lingkungan baru sehingga hanya memiliki sedikit teman, rindu rumah dan keluarga, belum memiliki semangat untuk tinggal di tempat baru.

Mahasiswa asal luar Jawa di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto yang juga berkuliah di Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto merupakan mahasiswa yang rata-rata berasal dari Kalimantan dan Sumatera. Cara mereka bisa terlepas dari permasalahan tersebut merupakan strategi *coping* yang dimiliki oleh setiap individu dalam

mengatasi permasalahan sebagai upaya pertahanan diri. *Coping* yang dimiliki individu sangat penting guna menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Walau bagaimanapun kesulitan mahasiswa rantau dalam beradaptasi dengan lingkungan baru harus dilakukan dengan usaha strategi *coping* yang baik, hal ini bertujuan agar mahasiswa rantau merasa nyaman dan tidak mengalami *homesick* kembali.

Hasil penelitian ini menjelaskan tentang strategi *coping* mahasiswa luar Jawa dalam mengatasi *homesickness* yang dialami. Berdasarkan data yang didapatkan dari subjek bahwa ketiga subjek menggunakan strategi *emotion focused coping* dan *problem focused coping*, *problem focused coping* yang terdiri dari berbagai aspek, seperti aspek yang pertama 1) *Active coping* yang dilakukan oleh subjek dengan cara menghubungi ibunya untuk mengobati rasa rindu yang sedang dialami. 2) *Planning*, subjek saat sedang merasa *homesickness* akan memikirkan strategi atau sikap seperti apa yang dilakukan. 3) *Suppression of competing activities* yang dilakukan oleh subjek dalam aspek ini yaitu berusaha fokus dalam mengembalikan suasana hati yang baik dan mengesampingkan hal yang dianggap bisa memperburuk suasana hatinya. 4) Kontrol diri, subjek memutuskan akan cenderung membatasi komunikasi dengan lingkungan sekitar sejenak untuk mengontrol diri agar tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan oleh subjek. 5) Dukungan sosial bersifat instrumental, dukungan ini didapatkan oleh ketiga subjek dari keluarganya, subjek mendapatkan bantuan biaya untuk bisa hidup di luar pulau dari orang tua dan saudaranya, hal ini membuat subjek terus semangat dalam menimba ilmu dan harus bisa menunjukkan bahwa subjek tidak akan mengecewakan keluarga yang sudah membantunya.

1. *Homesickness* mengacu pada dua tipe strategi *coping* yang dikemukakan oleh Richard Lazarus sebagai berikut:

a. *Problem Focused Coping*

Problem focused coping yaitu *coping* yang langsung berfokus pada permasalahan. Individu langsung mengambil tindakan dalam

pemecahan masalah atau mencari informasi tentang solusi yang dapat memecahkan suatu permasalahan yang sedang dialami.

1) *Active coping*

Pada aspek ini individu mengambil tindakan secara langsung tanpa memikirkan baik buruk tindakan yang diambil.

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

“Kalau lagi homesick pasti bawaannya ngga happy, males makan, males nugas, males ngapa-apa lah pokoknya, jadi orang yang egois dan pemarah. nah biasanya aku keliling motoran terus nangis biar plong dari pada dipendem. Setelah itu pasti orang pertama yang dicari mama, dan setiap aku telepon Alhamdulillahnya mama selalu angkat telepon aku. Aku dan keluarga untungnya sering komunikasi baik telepon atau video call untuk cerita kesehariannya gimana, buat nanya kabar juga. Waktu homesick pas kuliah ini cukup sering komunikasinya bisa 3 atau 4 kali seminggu, tapi 3 kali deh kayaknya paling sering.”

Saat sedang merasa rindu rumah subjek tidak bersemangat melakukan kegiatan serta menjadi pribadi yang egois dan pemarah, lalu subjek memilih menangis untuk mengurangi tekanan yang sedang dirasakan. Setelah itu menelepon ibunya, subjek tidak peduli kondisi dirinya apakah sedang dalam perasaan baik atau tidak begitu pun kondisi orang yang dia hubungi tidak dipedulikan oleh subjek sedang sibuk atau tidak.

2) *Planning*

Dalam perencanaan strategi *coping* ini akan melibatkan pikiran dalam pengambilan keputusan seperti memikirkan rencana tindakan yang akan digunakan, apa saja yang diperlukan, bagaimana melakukannya, serta pertimbangan baik buruk strategi yang diambil.

Subjek Isnaini Rammahdina mengatakan:

“Pertama biasanya telepon atau video call orang tua, tapi ya enggak terlalu sering mba soalnya orang tua saya duanya kerja jadi sebulan 2-3 kali saja komunikasi ga sesering orang-orang, kalau telepon juga paling nanya kabar sama nanya gimana di sana sekarang apa aja yang berubah gitu mba, kalau curhat masalah yang terlalu pribadi si jarang. Cara yang kedua biasanya ngobrol sama teman yang asik-asik biar ngga ke pikiran, cara ketiga baca novel atau buku cerita lainnya, cara keempat terus nonton film juga kadang, cara kelima yang sering saya lakukan paling sering scroll tiktok mba.”

Saat sedang mengalami rindu akan rumah subjek Isnaini melakukan beberapa cara, namun terdapat cara yang jarang subjek lakukan yaitu menelepon orang tua karena mempertimbangkan kesibukan dan penting tidaknya dalam komunikasi tersebut, orang tua subjek memiliki kesibukan masing-masing sehingga subjek memilih metode lain dalam meredakan rasa rindu rumah yang sedang dirasakan. Seperti, berkomunikasi dengan teman, membaca buku, menonton film, dan mencari konten menarik di media sosial.

Seperti yang dikatakan informan pendukung bahwa Isnaini lebih sering menggunakan gadget untuk melihat media sosial jika sedang merasa *homesickness*, daripada telpon dengan orang tua. Informan pendukung juga mengatakan bahwa Isnaini memang suka membaca novel dan menonton film tetapi bukan yang fanatik, sehingga jika terlalu lama akan merasa bosan dan tidak menyelesaikan membaca novel atau menonton film tersebut.

3) *Suppression of competing activities*

Individu cenderung mengambil langkah penyelesaian terlebih dahulu agar bisa menghadapi stressor dan mengesampingkan urusan lain.

Subjek Isnaini Rammahdina mengatakan:

“Suka tidak konsen kalau lagi ngerjain tugas, biasanya saya alihin dulu ke hal lain kayak cari hiburan atau apa begitu. Setelah itu baru kalau udah mendingan mulai ngerjain lagi. Kalau lagi kuliah ya biasanya saya rekam atau saya catat yang dosen jelaskan, baru kalau sudah mood saya baca dan pahami lagi.”

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

“Kalau udah kangen rumah kan bawaannya badmood nah aku biasanya distop dulu belajar atau ngerjain tugasnya terus ngelakuin hal-hal yang bikin mood baik, baru abis itu lanjut lagi nugasnya.”

“Biar ngga homesick biasanya aku lakuin hal yang disukai, kayak aku sukanya pergi-pergi atau beli makanan, baca novel-novel.”

Dalam aspek *suppression of competing activities* yang dilakukan subjek yaitu melakukan tindakan untuk meredakan rasa rindu terhadap rumah terlebih dahulu dengan cara mencari hiburan yang menarik dan melakukan kegiatan yang disukai, setelah itu dilanjutkan melakukan kegiatan lain, dalam hal ini subjek mengesamping tugas kuliah dan belajar agar tidak memperburuk suasana yang memang sedang kurang mendukung untuk belajar.

Subjek akan mengesampingkan hal-hal yang dapat menyebabkan tekanan yang dialami bertambah parah, ia akan berusaha menyelesaikan permasalahannya lalu jika subjek sudah merasa tenang dan nyaman ia bisa melanjutkan pekerjaan yang seharusnya ia selesaikan.

4) Kontrol diri

penyelesaian masalah dilakukan tidak secara spontan, tetapi melalui pemikiran yang matang oleh sebab itu diperlukan kontrol diri yang baik.

Subjek Isnaini Rammahdina mengatakan:

“Berusaha kontrol diri biar tidak berlarut-larut dalam sedih, karena kalau dipikir terus yang ada ngga selesai-selesai sedihnya dan tugas-tugas semakin numpuk.”

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

“kalau udah kangen rumah kan bawaannya badmood nah aku biasanya distop dulu belajar atau ngerjain tugasnya terus ngelakuin hal-hal yang bikin mood baik, baru abis itu lanjut lagi tugasnya.”

Subjek Devi Aulia Mengatakan:

“Kalau lagi sedih karena homesickness biasanya saya mengontrol diri biar enggak keinget sama rumah terus, memikirkan hal lain biar ngga sampe nangis.”

Berdasarkan keterangan subjek di atas, dalam mengelola emosi negatif, subjek memilih untuk tidak melanjutkan pekerjaan yang terlalu berat seperti mengerjakan tugas yang membutuhkan pemikiran yang kritis. Subjek melakukan kontrol diri dengan cara mengalihkan pikiran agar tidak memikirkan rumah terus-menerus. Ketiga subjek memilih menata suasana hati dan pikiran terlebih dahulu jika sedang *homesickness*, serta menurunkan emosi sedih dengan mengontrol diri.

5) Dukungan sosial bersifat instrumental

Individu akan mencari bantuan tenaga, finansial, atau benda kepada orang di sekitar khususnya keluarga dalam mengurangi *homesickness*.

Subjek Isnaini Rammahdina mengatakan:

“Selain itu keluarga juga sampai sekarang masih membiayai saya sehingga sangat berperan dalam kelancaran saya berkuliah.”

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

“Apalagi kalau di rumah kan enak ya mau jajan apa aja ngga usah mikirin keuangan, nah kalau di sini mau beli apa-apa harus dipikir-pikir biar uangnya cukup sampe nanti dikirimin lagi jadi saya suka kangen rumah. Tapi ya

tetap bersyukur orang tua masih rutin ngirim uang bulanan jadi ya kalau homesick bisa jajan atau beli apalah pake uang itu hehe.”

Subjek Devi Aulia Mengatakan:

“Wah sangat penting mba peran keluarga apalagi soal finansial hahaha, saya setiap bulan masih dikirim sama orang tua.”

Subjek merasa dengan adanya bantuan biaya dari orang tua dan saudara dapat membantu meringankan pikiran agar tidak teringat terus dengan rumah, dengan kebutuhan finansial yang tercukupi membuat ketiga subjek merasa lebih tenang hidup di perantauan.

b. *Emotion Focused Coping*

Emotion focused coping yaitu coping yang berpusat pada emosi, individu cenderung mencari tahu bagaimana cara menurunkan emosi negatif yang dirasakan saat sedang menghadapi suatu tekanan atau permasalahan.

Subjek Isnaini Rammahdina mengatakan:

“Kadang-kadang saya curhat ke teman dekat kalau semisal udah enggak bisa ngatasin sendiri, tapi jarang si mba soalnya memang saya jarang cerita masalah pribadi ke orang lain.”

“ngobrol sama temen yang asik-asik biar ngga kepikiran, baca novel atau buku cerita lainnya, terus nonton film juga kadang, tapi paling sering scroll tiktok mba.”

“sama temen biasanya ngajak ngobrol aja gitu nanti juga berkurang kangen rumahnya, intinya banyakin interaksi sama orang sekitar biar ngga murung terus.”

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

“Kalau homesick mood jadi ngga enak, nah aku biasanya pergi nongkrong kemana gitu sama temen atau beli jajan buat bikin mood jadi enak lagi, karena aku suka jajan jadi kalau udah makan makanan yang aku suka bisa naikin mood. Intinya kalau lagi homesick aku keluar kamar, kalau diem dikamar dibawa suasana takutnya jadi berlarut-larut.”

“Membaca novel-novel juga kayak punyanya Tere Liye itu bisa mengalihkan pikiran yang kurang enak karena hanyut ke

dalam ceritanya dan bikin enjoy. Selain itu, aku ikut komunitas luar kampus dari semester tiga yaitu komunitas gudang sinau yang fokus pada program mengajar anak-anak desa, setiap jumat-minggu kesibukan ku mengajar anak-anak. Untuk aku sendiri ketemu teman-teman komunitas itu bisa nge-recharge energi aku, apalagi pas main dan belajar sama anak-anak, enjoy aja gitu bikin senang.”

Berdasarkan data yang didapatkan, ketiga subjek menjelaskan cara mereka dalam mengurangi emosi negatif yang dirasakan yaitu dengan berbagai cara seperti yang diungkapkan oleh Isnaini menggunakan strategi dengan membaca buku novel kegemaran, menonton film, mencari konten menarik di media sosial, serta berkomunikasi dan berinteraksi dengan teman. Subjek Siti memiliki strategi yang hampir sama yaitu gemar membaca novel, selain itu Siti sangat menyukai aktivitas di luar seperti jalan-jalan bersama teman, membeli makanan favorit, dan aktif di sebuah komunitas mengajar.

Emotion focused coping memiliki beberapa aspek dalam menangani stressor dengan mengelola tindakan dan pikiran emosional negatif akibat dari stressor yang dirasakan oleh individu.¹ Dalam *emotion focused coping* memiliki 5 aspek yang di antaranya:²

1) *Seeking of emotional social support*

Dalam kondisi ini individu akan berusaha agar bisa mendapatkan dukungan emosional dari lingkungan sekitar yang memberikan dukungan simpati, moral, perhatian, serta kepedulian kepada dirinya.

Subjek Isnaini Rammahdina mengatakan:

“Selain itu saya juga ada orang terdekat yang memberi semangat kepada saya.”

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

¹ Anggita Wahyu Hapsari and Siti Urbayatun, “Strategi Coping Stress Single Mother Di Kota Jambi,” *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)* 8, no. 1 (2022): 11–16, <https://doi.org/10.22487/htj.v8i1.478>.

² Rumaisa, “Strategi Coping Mahasiswa Rantau Yang Mengalami Homesickness.”

“Dukungan keluarga yang memberi semangat dan selalu mendukung aku sehingga muncul rasa optimisme dalam diri untuk bangkit kalau lagi kangen, capek, dan ga mood.”

“aku ikut komunitas luar kampus dari semester tiga yaitu komunitas gudang sinau yang fokus pada program mengajar anak-anak desa, setiap jumat-minggu kesibukan ku mengajar anak-anak. Untuk aku sendiri ketemu teman-teman komunitas itu bisa nge-recharge energi aku, apalagi pas main dan belajar sama anak-anak, enjoy aja gitu bikin seneng.”

Subjek Devi Aulia mengatakan:

“Untuk saya pribadi pasangan memiliki pengaruh yang positif saat saya sedang merasa homesickness karena dia selalu kasih semangat dan saran buat saya kalau lagi capek atau sedih. Apalagi saya sekarang udah jarang komunikasi dengan orang tua jadi ya satu-satunya tempat curhat saya yang bisa diajak curhat dan kasih tanggapan langsung ya cuma dia.”

Untuk mendapatkan dukungan emosional subjek memiliki berbagai macam cara, seperti yang didapatkan oleh subjek Isnaini, ia mendapatkan dukungan dari orang terdekat yang kebetulan ada di universitas yang sama dan juga dari teman-temannya. Subjek Siti mendapatkan dukungan dari keluarga dan juga teman-teman di komunitas. Subjek Devi mendapatkan dukungan dari pasangannya yang selalu mendengarkan cerita dan keluh-kesah saat merasa sedih dan lelah.

2) Positive Reinterpretation

Dalam penerimaan stressor individu akan menganggapnya sebagai suatu nilai yang positif hal yang terjadi pada dirinya.

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

“Pasti capek ya mba kalau ngerasa kangen rumah terus, tapi ya mau gimana lagi perasaannya muncul tiba-tiba. Tapi ya gapapa sebenarnya jadi hubungan sama keluarga tetap erat walau udah beda pulau dan jarang pulang, sekarang juga masih sering kangen tapi sudah enggak dibawa pusing. Karena takut juga ya mba terlalu nyaman disini nanti jadi

betah enggak mau pulang dan malah jarang komunikasi sama orang tua.”

Subjek Siti menganggap rasa rindu rumah memiliki nilai positif yang membuat hubungan subjek dan keluarga masih terjalin dengan baik walau saat ini jauh dan jarang pulang. Walaupun perasaan rindu yang subjek rasakan lebih sering saat menjadi mahasiswa baru namun saat ini subjek masih sering merasa rindu akan keluarganya dan subjek tidak menganggap hal tersebut menjadi sebuah hambatan baginya.

3) *Acceptance*

Acceptance atau penerimaan, individu akan bersikap menerima situasi yang terjadi pada dirinya, hal ini terjadi dikarenakan individu mempercayai bahwa apa yang sudah terjadi tidak dapat diubah atau diperbaiki.

Subjek Isnaini Rammahdina mengatakan:

“Sekarang sih udah mendingan mba enggak terlalu sedih kalau lebaran enggak bareng keluarga karena udah biasa, paling cara ngobatin kangennya abis solat ied video call sama keluarga di Kalimantan.”

“Tapi setelah homesick itu mereda saya akan optimis dan menunjukkan bahwa saya bisa melanjutkan semuanya, temen saya yang dari luar Jawa kan ada juga, nah saya mikir mereka aja bisa masa saya enggak. Walaupun merantau kadang bikin saya homesick tapi Alhamdulillahnya dengan merantau saya jadi lebih mandiri.”

“Sehingga saya jadiin motivasi aja kalau dengan jauh dari keluarga saya tetep bisa hidup dan bermanfaat ntah sekarang atau nanti, toh saya jarang pulang juga karena menuntut ilmu dunia akhirat, bukan keluyuran ngga jelas.”

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

“Saya sudah terima bahwa saya harus jauh dari rumah dan hidup di lingkungan baru. Cara saya bisa menerima ini yang pertama saya sadarkan diri sendiri dulu bahwa ini bersifat sementara, dalam artian nantinya saya bisa hidup bareng kedua orang tua saya lagi, saya juga masih diberi

kesempatan bisa pulang setahun sekali walaupun di tahun ini tidak bisa pulang karena PPL. Yang kedua, saya sendiri yang memilih untuk berkuliah disini tanpa adanya paksaan dari pihak mana pun, jadi saya harus menerima konsekuensinya.”

Subjek Devi Aulia mengataka:

“Sekarang lebih ke menerima keadaan saja mba kalau lagi homesick yaudah gapapa kan katanya wajar dialami sama perantau jadi yaudah enggak dipikirin banget karena khawatir nanti jadi ga mood terus.”

Penerimaan yang dilakukan oleh subjek Isnaini yaitu sudah menerima keadaan bahwa disaat hari penting keluarganya tidak bisa berkumpul bersama yang bisa menyebabkan subjek merasa *homesick*, namun Isnaini sudah menerima dan memilih untuk berkomunikasi via *video call* sebagai obat rindu keluarga. Subjek merasa walaupun merantau sangat berat karena sesekali ada di fase *homesick*, namun subjek sudah menerima dan merasa merantau bisa membuat dirinya menjadi pribadi yang mandiri dan lebih baik lagi dari segi ilmu.

Sedangkan Siti meyakinkan diri sendiri bahwa keputusan yang diambil untuk kuliah dan mondok sudah bulat, serta sudah siap menerima konsekuensi dari keputusan yang diambil yaitu, jaranganya waktu libur, peraturan di pondok juga membuat subjek bisa pulang ke rumah hanya di waktu libur semester saja. Pada waktu libur yang dirasa singkat, Subjek lebih memilih untuk liburan di rumah nenek atau saudara yang ada di Jawa Tengah.

Subjek juga meyakini bahwa suatu saat ada waktunya untuk bisa tinggal bersama orang tua kembali yang membuat Subjek lebih ikhlas dan optimis dalam menerima keadaan. Sedangkan bentuk penerimaan yang dilakukan oleh subjek Devi yaitu menerima jika sedang merasa *homesickness* karena menurutnya *homesickness* adalah hal yang lumrah dialami oleh perantau.

4) Denial

Individu kerap kali denial terhadap apa yang sedang terjadi pada dirinya, yang biasa dilakukan oleh individu yaitu seperti melupakan atau menyangkal apa yang sudah terjadi.

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

“Kalau cara saya sendiri sekarang yaitu jangan terlalu dipikirin, kalau rasa-rasanya mulai kangen rumah udah deh langsung keluar dan cari angin buat refreshing.”

Dalam mengatasi kerinduan akan rumah subjek memilih untuk tidak terlalu memikirkan dan sesegera mungkin mengatasinya dengan menghibur diri dan melakukan kegiatan yang disukai oleh subjek.

5) Turning to Religion

Dalam strategi ini individu akan menyertakan Tuhan dalam penyelesaian masalah yang sedang dihadapi, aspek spiritualitas yang biasanya dilakukan yaitu beribadah, berdoa, dan menyerahkan diri kepada Tuhan.

Subjek Isnaini Rammahdina mengatakan:

“Biasanya cerita ke Allah SWT aja yang lebih ngertiin saya, enak mba curhat ke Allah SWT karena setelah curhat rasanya tenang, kalau curhat ke temen kan mau terbuka masih ada rasa canggung tapi kalau ke Allah SWT ngga, biasanya semua aku luapin pernah sampe yang nangis karena udah ngerasa capek dan lagi ngga pengen curhat ke temen karena capek untuk cerita permasalahan dari awal sampe akhir.”

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

“saya juga sering curhat ke Allah SWT setelah beribadah, kadang kalau enggak ada yang ngerti perasaan kita ya cuma bisa curhat ke Allah SWT karena disini walaupun ada beberapa yang dari luar pulau tapi enggak semuanya dekat jadi yang bisa mengerti perasaan kita lebih tepatnya hanya Allah SWT dan saya yakin pasti nanti Allah SWT bantu saya menyelesaikan masalah.”

Subjek Devi Aulia mengatakan:

“Biasanya setelah solat isya saya curhat ke Allah cerita-cerita kalau saya kangen keluarga atau lagi ngerasa capek sama tugas-tugas kuliah pengen cepet-cepet selesai, berdoa juga biar Allah permudah saya dalam mengerjakan tugas sama minta solusi gimana biar saya enggak terlalu berlarut-larut dalam kesedihan karena kangen rumah.”

Ketiga subjek merasa dalam setiap permasalahan yang dihadapi perlu menghadirkan Tuhan sebagai tempat untuk bercerita dan memohon petunjuk. Tidak jarang subjek merasa bahwa setelah berkomunikasi dengan Sang Pencipta hati semakin tenang dan tenteram. Karena subjek tumbuh di lingkungan yang kental akan nilai keagamaan sehingga subjek sangat mempercayai Tuhan yang bisa menolong dalam segala kesulitan.

2. Macam-macam *coping*

- a. *Coping* psikologis mengacu pada respon individu dalam menerima stresor. Fokus *coping* ini yaitu strategi dalam regulasi emosi dan pengendalian masalah.
- b. *Coping* psikososial mengacu pada cara individu berinteraksi dengan lingkungan sosial dalam mengatasi tekanan. Seperti dukungan sosial dari keluarga, teman, dan masyarakat.

Ketiga subjek menggunakan *coping* psikologis yang mana subjek sangat memperhatikan emosi yang dimiliki, mereka berusaha mencari cara untuk bisa mengatur dan memperbaiki emosi yang tidak stabil karena adanya permasalahan *homesick*. Namun, *coping* psikososial juga memiliki peran bagi subjek sebagai *support system* dari keluarga, teman, serta lingkungan sekitar.

D. *Homesickness* yang Dirasakan Mahasiswa Rantau

Terdapat beberapa poin yang akan dibahas dalam sub bab ini yang berkaitan dengan strategi *coping* dalam mengatasi *homesickness* yaitu aspek *homesickness*, faktor penyebab *homesickness*, serta ciri-ciri *homesickness*.

Tujuan dari penjelasan mengenai aspek *homesickness* untuk mengetahui seperti apa *homesickness* yang dirasakan subjek, faktor apa yang menyebabkan subjek bisa merasakan *homesickness*, serta ciri-ciri yang bagaimana yang dialami oleh subjek. Ketiga poin tersebut bertujuan untuk mengetahui kesesuaian antara strategi *coping* dengan *homesickness* yang dirasakan oleh subjek.

1. Aspek *Homesickness*

Menurut Tilburg *homesickness* diklasifikasikan menjadi tiga aspek, yaitu aspek kognitif, aspek perilaku, dan aspek emosi.

a. Aspek Kognitif

Aspek kognitif dipersepsikan oleh individu yang mengalami *homesickness* yaitu terus-memikirkan tentang rumah dalam segala aspek, dan pemikiran untuk segera pulang ke rumah.³

Subjek Isnaini Rammahdina mengatakan:

“Kalau kangen masakan ibu, kangen temen-temen, atau kayak momen-momen lebaran gini mba, pengen tuh bisa kumpul sama keluarga, apalagi saudara saya banyak yang kumpul sama keluarganya sedangkan orang tua saya jarang mudik ke Jawa, terus saya suka keinget kalau lagi lebaran disana pasti seru bakar-bakar bareng gitu mba.”

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

“Aku kangen jajanan dan makanan disana, lalu kangen rutinitas yang biasa dilakukan kalau aku disana, bertemu orang tua, dan hal yang bikin aku sedih enggak bisa sering-sering pulang kerumah karena jarak yang jauh dan liburan semester ini aku PPL jadi enggak bisa pulang.”

Subjek Devi Aulia Mengatakan:

“Yang dikangenin dari orang tua itu kayak perhatiannya, ngobrol barengnya, jadi sedih kalau keinget. Saya kangen masakan ibu, masakan ibu yang paling saya kangenin itu sambel nanas, selama di sini saya belum nemu sambel nanas bahkan beberapa temen saya bilang aneh masa sambel pake nanas, kalau ga salah itu makanan khas Palembang. Kalau

³ Kirana, Khaldun, and Alfaizi, “Penanganan Kasus Homesickness Melalui Cognitive Behaviour Terapi Dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Dan Terapi Sabar Di Yayasan Peduli Anak.”

sama teman kangen ngumpul bareng, kangen kita bercandaan kayak dulu lagi, kalau sekarang karena jauh jadi jarang komunikasi. Sama suasana rumah yang dikangenin itu kenyamanannya, walau gimanapun rumah pasti jadi tempat ternyaman buat saya.”

Ketiga subjek kerap kali merasa sedih jika teringat dengan hal-hal yang berkaitan dengan kampung halaman seperti makanan khas daerah, momen penting yang biasa dilakukan bersama keluarga, serta jika teringat bahwa subjek tidak bisa sering pulang ke rumah karena faktor jarak yang jauh serta waktu liburan yang terbatas.

b. Aspek Perilaku

Individu yang sedang mengalami *homesickness* akan terlihat lesu, kurang berminat pada lingkungan baru, murung, tidak selera makan dan tidak tertarik untuk beraktivitas.⁴

Subjek Isnaini Rammahdina mengatakan:

“Kalau lagi homesick pasti kurang semangat menjalani hari, tapi ya mau tidak mau harus dijalani, apalagi saya dipondok sudah ada kegiatan pastinya setiap hari, seperti mengaji, terus menghafal, dan lainnya.”

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

“Kalau lagi homesick ngelakuin apa-apa enggak semangat. Biasanya kalau ngerjain tugas jadi ga mood, ngerjain yang lain juga ga semangat. Lebih baik disingkirkan dulu pekerjaannya takut dipaksakan malah kurang maksimal.”

Subjek Devi Aulia mengatakan:

“Jadi males belajar, sebenarnya saya emang orangnya enggak yang rajin belajar tapi kalau homesickness biasanya buat ngerjain tugas aja males bawaannya gak mood.”

Dalam aspek perilaku yang tampak pada ketiga subjek yaitu mereka cenderung tidak semangat dalam melakukan aktivitas sehari-hari saat sedang merasa *homesickness* seperti dalam hal mengerjakan tugas, hal ini cukup membuat subjek merasa terganggu karena tugas yang seharusnya bisa dikerjakan namun pada kenyataannya tertunda, karena subjek merasa jika dipaksakan khawatir tidak akan maksimal

⁴ Kirana, Khaldun, and Alfaizi.

dalam pengerjaannya. Selain itu, sifat konsumtif juga terjadi pada diri subjek karena menghabiskan uang untuk hal-hal yang digemari.

c. Aspek Emosi

Individu yang sedang merasa *homesickness* akan cenderung merasa tidak nyaman dan tidak puas dengan tempat barunya, bisa disebabkan karena tidak sesuai antara ekspektasi dengan realita. Perasaan ke tidakpuasan individu tertuju pada kehidupan sosial dan belum adanya perasaan nyaman dengan teman-teman baru di lingkungan baru. Emosi yang terlibat dalam *homesickness* adalah emosi marah, takut, dan sedih sebagai reaksi terhadap keadaan yang berbeda dengan sebelumnya.⁵

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

“Sedih yang pasti karena aku anak bungsu dari tiga bersaudara tapi paling jauh sendiri. Ngga suka ngobrol sama orang kalau lagi homesick, bawaannya pengen diemin semua orang walau dia ngga ada salah.”

Subjek Devi Aulia mengatakan:

“Hmm sedih, karena saya awal merantau ke Jawa sejak awal MA yaitu sekitar umur 14 atau 15 tahun, waktu itu kayaknya masih manja sama orang tua.”

Aspek emosi yang dirasakan subjek saat mengalami *homesickness* kerap kali subjek merasa sedih dan tidak tertarik untuk berkomunikasi atau berinteraksi dengan teman-temannya. Hal ini terjadi karena subjek merasa tidak stabil dari segi emosi.

2. Faktor Penyebab *Homesickness*

Menurut Willis dkk, faktor penyebab perasaan *homesickness* dapat timbul dalam diri individu diantaranya:⁶

a. Meninggalkan teman di kampung halaman

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

“Karena teman-teman saya banyak yang merantau juga jadi kangennya dua kali lipat, kita digrup tu suka ngomong kangen

⁵ Kirana, Khaldun, and Alfaizi.

⁶ Izatin, “Pengaruh Terapi Berpikir Positif Terhadap Tingkat Penurunan Homesickness Santriwati Baru Pondok Pesantren Assalafiy Al-Ikhlas Tarokan Kediri.”

pengen main bareng lagi kayak dulu, biasanya kalau mendekati liburan kita janji buat ngumpul bareng pas udah di Kalimantan semua. Kadang di grup wa sama temen-temen lagi flashback kejadian masa lalu suka sedih pengen cepet-cepet pulang ngumpul-ngumpul lagi kayak dulu.”

Subjek Devi Aulia mengatakan:

“Kalau sama teman kangen ngumpul bareng, kangen kita bercanda kayak dulu lagi, kalau sekarang karena jauh jadi jarang komunikasi.”

Subjek Siti merasa rindu terhadap teman-temannya semasa sekolah di Kalimantan, tetapi teman-temannya pun banyak yang merantau sehingga mereka jarang bertemu. Kerap kali Siti dan teman-temannya membuat jadwal bertemu saat sedang libur untuk bertemu dan melepas rindu. Siti merasa meninggalkan teman-temannya adalah keputusan yang cukup berat, karena keakraban di antara mereka sudah sangat dekat. Tetapi, Siti diharuskan meninggalkan temannya untuk merantau dan diharuskan untuk mencari teman baru di lingkungan baru. Subjek Devi merasa rindu dengan temannya di Sumatera karena saat ini sudah jarang berkomunikasi karena jarak dan kesibukan masing-masing.

b. Jauh dari keluarga

Subjek Isnaini Rammahdina mengatakan:

“Perasaan pertama kali jauh dari rumah pasti sedih ya mba, karena waktu itu masih remaja awal dan mau tidak mau harus jauh dari keluarga demi pendidikan, saya juga belum ada temen atau saudara yang sama-sama mondok disini jadi ngerasa enggak punya siapa-siapa.”

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

“Kangen cerita-cerita sama orang tua, kalau sama orang tuakan biasanya tanggapannya lebih bijak karena pengalaman mereka pastinya sudah banyak. Kita biasa ngumpul gitu kalau setelah solat subuh untuk ngemil sambil cerita-cerita dan makan tiga kali sehari kita selalu bareng-bareng jadi kangen momen-momen itu kalau lagi jauh kayak gini. Dan biasanya

kalau lagi sakit suka pengen pulang pengen diurusin sama mama.”

Subjek Devi Aulia mengatakan:

“Yang dikangenin dari orang tua itu kayak perhatiannya, ngobrol barengnya, jadi sedih kalau keinget.”

Ketiga subjek merasa jauh dari keluarga adalah sensasi baru yang mereka rasakan, respon emosi pertama kali muncul ketika jauh dari keluarga adalah emosi sedih. Subjek merasa sedih karena beberapa kegiatan yang biasa mereka lakukan bersama keluarga saat ini tidak bisa dilakukan kembali karena sudah tidak tinggal satu rumah dan terhalang oleh jarak. Subjek Isnaini merasa kesepian saat pertama kali merantau, tidak ada keluarga maupun teman di sekitarnya saat ini. Subjek Siti dan Devi merasa rindu dengan rutinitas yang biasa dilakukan bersama keluarganya.

c. Terus memikirkan rumah

Subjek Isnaini Rammahdina mengatakan:

“Sering kali saya memikirkan kampung halaman, tentu saja yang saya pikirkan ingin bertemu dengan orang tua dan keluarga yang ada di sana.”

“Saya sering keinget kalau lagi lebaran disana pasti seru bakar-bakar bareng keluarga gitu mba.”

Subjek terus memikirkan rumah karena rindu dan ingin segera bertemu dengan keluarga dan saudara di Kalimantan. Subjek juga rindu akan kehangatan bersama keluarga disaat momen-momen penting seperti lebaran dan acara lainnya yang melibatkan keluarga. Subjek merasa kehadiran keluarga akan membuat momen semakin asyik.

d. Kesepian

Subjek Isnaini Rammahdina mengatakan:

“Kesepian yang saya rasakan waktu itu karena belum ada teman akrab yang senasib jadi sedih mba bawaannya pengen nangis.”

Subjek merasa kesepian disaat masa awal perantauan dikarenakan belum banyak teman yang mengerti keadaannya, terlebih subjek bukan

pribadi yang mudah untuk bercerita dengan orang lain, sehingga kesepian yang dirasakan hanya bisa dipendam sendiri lalu dilampiaskan dengan menangis.

e. Kurang pandai beradaptasi

Subjek Isnaini Rammahdina mengatakan:

“Saya kesulitannya itu dari segi bahasa bahkan sampe sekarang masih cukup susah mba, karena tidak terlalu paham kalau ada orang yang ngomong bahasa Jawa terutama bahasa kromo, sehingga sedikit lambat dalam memahami maksud dari perkataannya itu.”

Subjek Devi Aulia mengatakan:

“Kalau kesulitan adaptasi enggak terlalu ya mba, karena kalau makanan saya bukan tipe yang milih-milih, berteman juga saya bukan orang yang pendiem banget tapi bukan yang suka cerita banyak juga si mba apalagi cerita masalah pribadi. Soal bahasa Alhamdulillahnya di Sumatera tinggal di lingkungan yang banyak orang Jawanya jadi sudah bisa bahasa Jawa, karena rata-rata orang di sekitar saya itu dulunya transmigrasi dari Jawa mba.”

Pada masa awal perantauan subjek merasa komunikasi dengan lingkungannya kurang baik sehingga mempengaruhi usaha subjek dalam beradaptasi, hal ini terjadi karena keterbatasan bahasa Jawa yang belum terlalu dipahami oleh subjek. Berbeda dengan subjek Devi yang merasa tidak kesulitan dalam beradaptasi karena bukan termasuk orang yang pilih-pilih, Devi juga suka berkomunikasi sewajarnya dengan teman, dan ia tidak memiliki kesulitan dalam berbahasa Jawa karena tinggal di lingkungan yang sering menggunakan bahasa Jawa.

3. Ciri-ciri *Homesickness*

a. Lebih sering berkomunikasi dengan lingkungan di kampung halaman

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

“Kalau pas awal-awal merantau seringnya chatting sama temen di Kalimantan karena kan lebih akrab sama mereka jadi enak buat diajak curhat, orang tua juga masih sering tanya-tanya gimana nyaman enggak? Uangnya kurang enggak? Atau lagi butuh apa? Kalau sama yang dipondok tetep ngobrol tapi

namanya baru kenal jadi paling basa-basi doang sebentar abis itu udah sibuk masing-masing saja.”

Subjek Devi Aulia mengatakan:

“Saya homesick itu seringnya karena kangen keluarga, pas awal-awal sering telepon kalau ada jadwalnya telepon.”

Pada masa awal merantau subjek lebih sering berkomunikasi dengan teman dan keluarga di kampung halaman karena sudah akrab sehingga lebih nyaman untuk berbagi keluh kesah, walaupun begitu subjek tetap berkomunikasi dengan teman-teman di lingkungan baru dan mencoba untuk berbaur dengan teman-teman baru.

b. Menarik diri dari kegiatan di lingkungan baru

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

“Aduh kalau lagi homesick biasanya diem mba, semua orang aku diemin, karena males aja gitu ngomong dan takut ngomong yang kurang enak juga kan ke orang lain makannya lebih milih diem aja.”

Subjek Devi Aulia mengatakan:

“Saya juga suka bersih-bersih kalau lagi ga karu-karuan perasaannya, dari pada ngobrol sama orang nanti dia kena omongan ketus saya, ya mending saya lakuin kegiatan yang dirasa bisa menyalurkan emosi.”

Subjek memilih untuk menarik diri sejenak dari lingkungan sekitar saat rasa *homesick* disertai dengan suasana hati yang kurang baik datang. Berdiam diri adalah cara yang dilakukan subjek dalam menjaga kestabilan emosinya. Sedangkan Devi melakukan kegiatan yang dirasa bisa melampiaskan emosinya, seperti bersih-bersih dan informan Bela mengatakan bahwa Devi gemar mencuci baju jika sedang tidak ingin berinteraksi dengan lingkungan sekitar.

c. Tidak dapat mengambil keputusan yang tepat

Subjek Isnaini Rammahdina mengatakan:

“Pernah tentunya merasakan kesulitan, yang biasanya membantu saya mengambil keputusan biasanya teman, orang tua, dan keluarga.”

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

"Kalau sama orang tuakan biasanya tanggapannya lebih bijak karena pengalaman mereka pastinya sudah banyak."

Kedua subjek sering meminta pendapat kepada orang lain jika merasa sulit dalam mengambil keputusan. Subjek Isnaini akan meminta saran kepada orang tua, keluarga dan teman jika merasa sulit dalam mengambil keputusan sendiri. Siti bercerita dengan orang tuanya terkait permasalahan yang sedang dialami, karena Siti merasa orang tua memiliki banyak pengalaman hidup sehingga lebih bijak dalam mengambil keputusan. Namun, setelah jauh dari orang tua dia merasa kesulitan dalam mengambil keputusan.

d. Merasa cemas di lingkungan barunya

"Tentu, yang saya cemas disini saya memulai hidup baru dengan semua-mua yang baru, waktu itu saya masih remaja awal dan saya juga cemas karena tidak bisa bertemu dengan orang tua dan teman teman yang ada di sana dalam jangka waktu lama."

Subjek mencemaskan dirinya yang harus memulai hidup baru di lingkungan baru dengan usai yang masih terbilang cukup muda baru lulus SMP dan belum stabil secara emosional serta masih merasa sulit dalam mengambil keputusan yang tepat, selain itu subjek cemas karena tidak bisa bertemu dengan keluarga serta teman dalam waktu lama.

e. Sulit mempelajari keterampilan

Subjek merasa sulit dalam mempelajari keterampilan berbahasa Jawa Tengah, walaupun terkadang kedua orang tua menggunakan bahasa Jawa namun tetap saja bahasa Jawa bukanlah bahasa Ibu bagi mereka.

Subjek Isnaini Rammahdina mengatakan:

"Saya kesulitannya itu dari segi bahasa bahkan sampe sekarang masih cukup susah mba, karena tidak terlalu paham kalau ada orang yang ngomong bahasa Jawa terutama bahasa kromo, sehingga sedikit lambat dalam memahami maksud dari perkataannya itu."

Subjek Siti Baiti Rohmah mengatakan:

“Dari segi bahasa saya juga ada keterbatasan sulit mengerti bahasa kromo sampe sekarang cuma sedikit kosa kata kromo yang saya pahami, kalau bahasa Jawa ngapak saya masih ngerti sedikit-sedikit karena sudah sering dengar orang tua ngobrol pake bahasa ngapak.”

Kedua subjek merasa kesulitan dalam mempelajari bahasa Jawa Kromo, hal ini disebabkan karena bahasa kromo bukanlah bahasa yang diajarkan oleh keluarganya sejak kecil, sehingga kosa kata bahasa kromo yang dimiliki kedua subjek masih terbatas. Tetapi subjek masih berusaha untuk terus belajar memahami bahasa kromo tersebut untuk memperlancar komunikasi serta interaksi dengan semua orang yang subjek temui dan agar terlihat lebih sopan jika berkomunikasi dengan orang yang lebih tua dari subjek.

4. Gejala Homesickness

Gejala *homesickness* yang timbul pada ketiga individu hampir memiliki kesamaan yaitu diantaranya, berkurangnya interaksi dengan lingkungan sekitar, sering menangis, sering menyendiri, kesulitan dalam berkonsentrasi, berkurangnya rasa semangat belajar, serta suasana hati yang memburuk.

E. Pembahasan

Merantau adalah keadaan pergi dari rumah dengan tujuan untuk mencari ilmu pendidikan atau mencari pekerjaan yang dapat memberikan kehidupan yang lebih layak di tempat lain dalam waktu tertentu.⁷ Banyak mahasiswa yang memilih untuk merantau dengan berbagai macam faktor seperti kualitas pendidikan yang lebih baik, biaya kuliah yang lebih murah, sarana dan prasarana yang memadai, ingin mencoba hidup mandiri, ingin mencoba suasana baru, adanya ajakan dari teman atau penawaran yang menggiurkan untuk masa depan, dan lain sebagainya.

⁷ Elsa Hutabarat and Nurchayati Nurchayati, “Penyesuaian Diri Mahasiswa Batak Yang Merantau Di Surabaya,” *Jurnal Penelitian Psikologi* 8, no. 1 (2021): 45–59.

Dari hasil penelitian ini subjek memilih untuk merantau jauh dari tempat tinggalnya karena biaya UKT (uang kuliah tunggal) yang relatif terjangkau, suka dengan suasana di Jawa yang aksesnya mudah, mayoritas orang-orangnya ramah, udara yang sejuk, suasana asri, dan dekat dengan banyak saudara. Selain faktor eksternal tersebut, terdapat faktor internal subjek memilih UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto sebagai tempat melanjutkan pendidikan karena subjek lulusan pondok sehingga ingin melanjutkan pendidikan agama yang kebetulan saat sudah diterima menjadi mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto diwajibkan untuk mondok.

Namun, dengan merantau jauh dari tempat tinggal membuat perantau kerap kali merasa rindu akan rumahnya atau yang biasa disebut *homesickness*, seperti penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Aulia Rumaissa pada tahun 2023, bahwa mahasiswa bisa mengalami *homesickness* karena adanya kedekatan antara individu dengan lingkungan rumah, sehingga jauh dari lingkungan rumah membuat subjek merasa kehilangan zona nyaman. Stroebe mengemukakan pendapat bahwa *homesickness* adalah orang yang rindu akan orang-orang di lingkungan rumah, suasana lingkungan yang sudah akrab, dan kenyamanan yang hanya ada di rumah.⁸

Dalam penelitian ini ketiga subjek merasa *homesickness* tidak hanya pada masa awal perantauan saja, namun ketika mereka tidak bisa pulang kerumah sering kali merasa *homesickness*. Ada beberapa faktor yang menyebabkan subjek tidak bisa pulang ke rumah yaitu karena adanya kegiatan yang berkaitan dengan tugas kuliah seperti KKN (Kuliah Kerja Nyata), PPL (Praktik Pengalaman Lapangan), serta waktu libur yang terbatas dari pondok pesantren tempat mereka menimba ilmu.

Aspek-aspek dalam *homesickness* yang terdiri dari tiga aspek diantaranya:

⁸ Nusi, Murdiana, and Siswanti, "Homesickness Ditinjau Dari Gaya Kelekatan Secure Dan Insecure Pada Mahasiswa Rantau."

1. Aspek kognitif, subjek dalam penelitian ini menyampaikan bahwa lingkungan dan teman akan memicu perasaan *homesickness* pada diri individu, karena di tempat yang lama individu sudah memperoleh kenyamanan dan keamanan yang membuat individu sulit melupakannya. Ekspektasi juga memiliki pengaruh terhadap pola pikir individu yang mana kenyataan tidak sesuai dengan ekspektasi sehingga menimbulkan rasa kekecewaan pada diri individu. Dalam beradaptasi dengan lingkungan baru diperlukan pikiran yang positif untuk mengurangi rasa *homesickness*. Dan diperlukan keahlian dalam menyelesaikan masalah di lingkungan baru dengan sesegera mungkin untuk menghindari rasa *homesick*.⁹
2. Aspek perilaku, dalam penelitian ini yaitu, individu akan cenderung menghindari aktivitas sosial, karena keadaan suasana hati yang tidak baik yang nantinya dapat memperburuk perasaan *homesickness* yang dialami. Gangguan yang dialami oleh subjek seperti pola tidur yang berantakan, pola makan yang tidak teratur karena hilangnya nafsu makan. Selain itu aspek perilaku yang terjadi yaitu, menunda aktivitas atau tugas untuk menghindari dari perasaan tidak nyaman. Saat *homesickness* subjek juga kesulitan dalam berkonsentrasi, penurunan semangat dan kurangnya motivasi dalam belajar hingga subjek terkadang absen di kegiatan pondok. Hingga akhirnya subjek mengisolasi diri dengan menarik diri dari interaksi sosial karena merasa sedih. Selain itu saat sedang *homesickness* subjek merasa lebih boros dari biasanya, karena sering membeli jajanan dan jalan-jalan untuk menepis rasa rindu rumah tersebut.

Penggunaan *gadget* pada perantau yang mengalami *homesickness* akan mengalami peningkatan yang signifikan, hal ini terjadi karena *gadget* digunakan sebagai media dalam komunikasi perantau dengan orang-orang yang ada di lingkungan lama, selain itu *gadget* dimanfaatkan sebagai

⁹ Azizaturrohman, "Hubungan Homesickness Dengan Self Adjustment Pada Santri Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo."

media untuk mencari hiburan yang berguna dalam mengembalikan kondisi suasana hati yang baik.¹⁰

3. Aspek emosi, saat mengalami *homesickness* individu memiliki berbagai macam bentuk emosi seperti kesedihan, kecemasan, ketidakpuasan, frustrasi, dan kesepian.¹¹ Kesedihan yang dirasakan pada perantau dalam penelitian ini yaitu, disebabkan karena intensitas bertemu dengan keluarga dan teman di kampung halaman yang singkat, serta terbatas oleh waktu.

Kecemasan yang dialami oleh subjek dalam keterampilan beradaptasi disebabkan oleh ketidakpuasan yang dirasakan seperti, dalam hal makanan yang berbeda dengan ekspektasi subjek. Perasaan frustrasi timbul dalam diri subjek, disebabkan oleh sulitnya beradaptasi dan berkomunikasi, yang disebabkan oleh perbedaan bahasa, logat dan budaya yang berbeda. Selain itu, kesepian yang dirasakan oleh subjek pada masa awal perantauan disebabkan karena belum adanya teman yang akrab dan bisa dijadikan teman untuk bercerita serta berkeluh kesah. Subjek merasa kesepian karena sudah tidak tinggal lagi dengan keluarganya dan harus hidup mandiri di perantauan.

Dalam penelitian ini peneliti mendapatkan beberapa faktor penyebab *homesickness* seperti yang dikemukakan oleh Willis dalam penelitiannya, data yang diperoleh yaitu subjek merasa kesepian, sering memikirkan rumah, meninggalkan teman akrab di kampung halaman, kesulitan dalam beradaptasi, dan terus memikirkan keluarganya di rumah.¹²

Faktor penyebab *homesickness* yang dirasakan mahasiswa perantau menimbulkan beberapa dampak negatif pada diri individu yaitu terlalu sering memikirkan tentang rumah, keadaan emosional yang tidak stabil, kesulitan dalam beradaptasi, serta berkurangnya minat dalam belajar. Hal ini seperti yang disampaikan oleh Mozafrinia dan Tavafian bahwa *homesickness* akan

¹⁰ Azizaturrohmah.

¹¹ Hestika Murti Nabila, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Kontrol Diri Dengan Homesickness Mahasiswa Rantau Di Sekolah Vokasi Universitas Diponegoro" (Universitas Islam Sultan Agung, 2024), <http://repository.unissula.ac.id/id/eprint/34392>.

¹² Izatin, "Pengaruh Terapi Berpikir Positif Terhadap Tingkat Penurunan Homesickness Santriwati Baru Pondok Pesantren Assalafiy Al-Ikhlas Tarokan Kediri."

menimbulkan beberapa kendala seperti perasaan negatif, berkurangnya minat hidup, tidak ingin belajar.¹³

Dalam penelitian ini, faktor penyebab *homesickness* yang dialami oleh ketiga subjek yaitu jauh dari keluarga, reaksi emosional yang timbul pada individu yaitu perasaan sedih, rindu, kesepian, serta rindu akan rutinitas yang biasa dijalani saat berada di rumah. Masa awal perantauan adalah masa yang sangat rentan terhadap segala kemungkinan buruk jika individu kurang pandai dalam beradaptasi, terlebih tidak adanya keluarga yang bisa dijadikan pembimbing dalam menjalani kehidupan baru di perantauan. Jauh dari keluarga akan membuat individu merasa kehilangan dukungan emosional, timbul perasaan tidak nyaman dengan adanya perubahan lingkungan, mendapatkan tekanan karena individu dituntut bisa beradaptasi dengan kebudayaan yang berbeda dengan lingkungan asal.

Selain itu Thurber dan Walton mengungkapkan terdapat beberapa faktor penyebab *homesickness* yang dialami oleh perantau diantaranya yaitu baru pertama kali jauh dari kampung halaman dalam waktu yang lama, kontrol diri rendah, terlalu bergantung pada orang tua, memutus hubungan sosial dengan lingkungan baru, *preseparation* sikap negatif, perbedaan budaya dan lingkungan yang kontras.¹⁴

Dalam memahami *homesickness* perlu diperhatikan ciri-ciri *homesickness* yang dialami oleh perantau, dengan tujuan jika mengetahui ciri-ciri *homesickness* maka akan lebih mudah dalam menangani masalah *homesickness* pada individu. Dalam penelitian ini diperoleh ciri-ciri *homesickness*, yaitu:

1. sering berkomunikasi dengan lingkungan di kampung halaman. Hal ini di karena adanya perasaan kehilangan kenyamanan di rumah. Sehingga berkomunikasi dengan orang-orang yang ada di kampung halaman dapat membantu mengurangi rasa kehilangan.

¹³ Rumaisa, "Strategi Coping Mahasiswa Rantau Yang Mengalami Homesickness."

¹⁴ Helsi Normadiyani et al., "Analisa Struggle Homesick Saat Menjadi Mahasiswa Baru Prodi Psikologi UNNES 2023" 3, no. 1 (2024): 12–27, <http://jurnalilmiah.org/journal/index.php/kultur>.

2. Menarik diri dari kegiatan di lingkungan baru terkadang dilakukan oleh individu di masa awal perantauan. Ini terjadi karena merasa belum akrab dan masih sulit dalam beradaptasi. Selain itu, sikap menarik diri yang dilakukan oleh subjek karena sedang dalam kondisi yang tidak memungkinkan untuk berkomunikasi.
3. Pada masa awal merantau individu akan kesulitan dalam mengambil keputusan yang tepat. Hal ini karena terbiasa dibantu oleh orang tua atau keluarga dalam mengambil keputusan. Sehingga terjadi keraguan jika akan mengambil keputusan sendiri saat sudah tidak tinggal bersama orang tua. Jika perantau sudah bisa mengambil keputusannya sendiri, maka perantau sudah di tahap mandiri.
4. Perasaan cemas di lingkungan baru akibat dari ketidakpastian hal-hal baru yang muncul, sehingga subjek cenderung mengalami kebingungan dalam bertindak.
5. Hal pertama yang membuat subjek kesulitan dalam berkomunikasi di perantauan yaitu kurang terampil dalam menggunakan bahasa daerah, dimana bahasa sehari-hari yang digunakan di kampung halaman sangat berbeda dengan bahasa yang digunakan di lingkungan baru, sehingga subjek memiliki keinginan untuk mempelajari bahas Jawa.

Hasil dari penelitian ini dijelaskan bahwa mahasiswa rantau yang sedang merasakan *homesickness* cenderung tidak bisa berkonsentrasi dalam mengerjakan tugas, dan tidak semangat untuk belajar. Hal ini dikarenakan tidak memiliki konsentrasi yang cukup dalam melakukan kegiatan tersebut. Sehingga membuat kekhawatiran subjek apabila nilai akan menurun akibat dari *homesickness* yang sedang dirasakan. Oleh sebab itu, subjek akan sesegera mungkin menyelesaikan permasalahan *homesickness* tersebut agar tidak larut-larut dalam kesedihan.

Sejalan dengan penelitian Syawalaufa pada tahun 2024 yang mengatakan bahwa *homesickness* memiliki pengaruh terhadap motivasi

belajar individu.¹⁵ Dalam penelitian tersebut disebutkan bahwa semakin tinggi *homesickness* maka semakin rendah motivasi mahasiswa untuk belajar begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat *homesickness* yang dirasakan maka akan semakin tinggi motivasi individu untuk belajar.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana strategi *coping* dan juga gambaran mahasiswa rantau yang mengalami *homesickness*. Mahasiswa dapat mengatasi masalah *homesickness* yang dirasakan dengan cara yang tepat dan dengan mengatasi masalah dari sumbernya. Strategi *coping* dalam penelitian ini menggunakan dua tipe yaitu *problem focused coping* (*coping* yang langsung berfokus pada permasalahan) dan *emotion focused coping* (*coping* yang berpusat pada aspek emosi).

Dengan adanya dua tipe strategi *coping* maka individu memiliki cara tersendiri dalam mengatasi permasalahan yang dialami sesuai dengan kemampuan individu, karena strategi yang digunakan berbeda-beda sehingga masing-masing individu akan menghasilkan kualitas yang berbeda.

Dalam penelitian ini strategi pertama yaitu tipe *problem focused coping* yang terdiri dari 5 aspek diantaranya:

1. aspek *active coping*, ketika sedang *homesickness* subjek cenderung menjadi pribadi yang pemarah dan pemalas. Sehingga yang dilakukan subjek yaitu dengan cara menangis untuk mengurangi beban pikiran. Hal lain yang dilakukan oleh subjek yaitu menghubungi keluarga secara langsung tanpa memikirkan apakah keluarga yang dihubungi sedang sibuk atau tidak. Melakukan hal yang digemari seperti jajan dan jalan-jalan dengan harapan agar suasana hati membaik dan bisa menghilangkan perasaan rindu rumah yang dirasakan oleh subjek, walaupun hal tersebut termasuk ke dalam perilaku konsumtif tetapi subjek kerap kali melakukan hal tersebut demi kepuasan pribadi.
2. Aspek *planning*, yang dilakukan oleh subjek Isnaini yaitu menelepon orang tua jika sedang tidak sibuk, cara kedua berbincang dengan teman,

¹⁵ Syawalaufa, "Hubungan Antara Homesickness Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Rantau Di Universitas Sebelas Maret."

cara ketiga melakukan hobi membaca, keempat menonton film serta mencari konten menarik di media sosial.

3. Aspek *suppression of competing activities*, yang dilakukan oleh subjek Isnaini dan Siti mencari hiburan dan melakukan kegiatan yang disukai, setelah merasa lebih baik subjek bisa melanjutkan tugas-tugas yang harus diselesaikan.
4. Aspek kontrol diri, subjek memilih untuk tidak melanjutkan pekerjaan yang terlalu berat, seperti mengerjakan tugas yang membutuhkan pemikiran yang kritis, subjek memilih untuk menata suasana hati dan pikiran, serta menurunkan emosi sedih dalam mengontrol diri.
5. Aspek dukungan sosial bersifat instrumental, dukungan ini yang diterima oleh ketiga subjek adalah dukungan finansial dari orang tua dan saudara subjek.

Dalam penelitian ini pada tipe strategi *emotion focused coping* terdapat 5 aspek yang sesuai dengan hasil penelitian yaitu:

1. Aspek *seeking of emotional social support*, ketiga subjek mendapatkan dukungan sosial dari sumber yang berbeda-beda, seperti subjek Isnaini mendapat dukungan dari teman dekat, subjek Siti mendapatkan dukungan dari keluarga dan juga teman-teman di komunitas, subjek Devi mendapatkan dukungan dari teman dekat yang selalu mendengarkan cerita dan keluh-kesah saat merasa sedih dan lelah.
2. Aspek *positive reinterpretation*, yang dirasakan oleh subjek Siti perasaan rindu yang dirasakan lebih sering saat menjadi mahasiswa baru, walaupun saat ini subjek masih sering merasa rindu keluarganya dan subjek tidak menganggap hal tersebut menjadi sebuah hambatan baginya.
3. Aspek *acceptance*, aspek *acceptance* yang mana berarti penerimaan pada diri individu bahwa masalah yang timbul merupakan hasil dari keputusan individu itu sendiri yang sudah tidak bisa diubah maupun diperbaiki. Penerimaan atau *acceptance* yang dilakukan oleh ketiga subjek sejalan dengan penelitian yang dilakukan Imamy pada tahun 2022 yang membahas bagaimana hubungan antara *locus of control* dengan

homesickness pada mahasiswa rantau, *locus of control* memiliki arti pemaknaan individu terhadap sumber dari peristiwa yang terjadi pada diri individu.¹⁶ Individu akan bersikap menerima situasi yang terjadi pada dirinya. seperti halnya subjek Isnaini yang sudah menerima keadaan bahwa disaat hari penting keluarganya tidak bisa berkumpul bersama. Subjek Siti yang memilih kuliah di Pulau Jawa yang mana sangat jauh dengan kampung halamannya. Dan subjek Devi mengatakan bahwa *homesick* adalah hal wajar yang dirasakan oleh perantau.

Walaupun di masa awal perantauan terdapat sedikit penyesalan pada diri individu karena memilih universitas yang jauh namun saat ini mereka sudah bisa menerima hal itu serta mengambil sisi positif dari keputusan yang telah diambil yaitu subjek bisa belajar mandiri dalam segala hal selama di perantauan. Subjek Devi merasa bahwa *homesickness* adalah hal yang lumrah dialami oleh perantau, sehingga ia sudah menerima hal tersebut.

4. Aspek *denial*, mencari pengalihan pikiran dan mencari hiburan dengan melakukan hal-hal yang disukai oleh subjek sebagai strategi *coping* mengurangi rasa *homesick*, selain itu tidak terlalu memikirkan *homesickness* yang dirasakan juga mereka lakukan dengan tujuan mengurangi perasaan rindu akan rumah yang sedang dialami.
5. Aspek *turning to religion*, dalam aspek ini tidak bisa dipisahkan oleh ketiga subjek karena ketiganya tinggal di pondok pesantren yang mana sudah biasa melakukan pendekatan dengan Allah SWT. subjek menghadirkan Allah SWT. sebagai tempat untuk bercerita dan memohon petunjuk. Tidak jarang subjek merasa bahwa setelah berkomunikasi dengan Sang Pencipta hati semakin tenang dan tenteram.

Temuan dalam penelitian ini menghasilkan bahwa individu dalam penggunaan strategi *coping* didasari oleh beberapa faktor baik faktor eksternal, seperti dukungan orang tua, dukungan dari orang terdekat individu,

¹⁶ Imamy, "Hubungan Locus Of Control Dengan Homesickness Pada Mahasiswa Rantau Yang Menetap Di Kota Bandung Pada Masa Pandemic Covid 19."

lingkungan pertemanan yang baik, dan juga faktor internal dari individu itu sendiri. Seperti keinginan untuk membaur dengan lingkungan baru, semangat belajar untuk membahagiakan orang yang dicintai, serta keinginan individu yang ingin menunjukkan bahwa ia bisa hidup mandiri.

Permasalahan mengenai *homesickness* pada individu perlu segera diatasi sebelum menjadi lebih parah dan mengakibatkan tekanan stress pada diri individu, selain itu permasalahan *homesickness* perlu ditangani dengan strategi *coping* yang sesuai dengan penyebab masalah yang sedang dialami. Strategi dalam mengatasi *homesickness* bisa dilakukan dengan dua tipe *coping* yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*.

Bentuk *problem focus coping* yang digunakan oleh ketiga subjek yaitu dukungan sosial bersifat instrumental, yang mana ketiga subjek mendapatkan biaya selama berkuliah dari kedua orang tua dan keluarganya, sehingga subjek merasa betah di perantauan. Menurut pendapat ketiga subjek, dukungan finansial bisa mengurangi pemicu beban pikiran yang biasa dirasakan oleh perantau karena masalah finansial.

Penyelesaian *coping* berdasarkan *emotion focused coping* ketiga subjek cenderung menggunakan aspek *seeking of emotional social support*, *acceptance*, dan *turning to religion*. Aspek *seeking of emotional social support*, seperti dukungan dari orang di lingkungan sekitar subjek sangat dibutuhkan sebagai pendukung dalam menyelesaikan permasalahan. Subjek juga membuka komunikasi dengan teman di lingkungan baru, dengan tujuan untuk menambah teman yang akan membuat Subjek merasa nyaman di perantauan.

Pada strategi *emotion focused coping* juga menggunakan aspek *acceptance* atau menerima, bahwa saat jauh dari keluarga beberapa kali sudah melewati momen penting, seperti lebaran dan ulang tahun, subjek menerima bahwa merantau sudah menjadi keputusannya sendiri untuk melanjutkan pendidikan, sehingga wajar baginya jika perantau luar pulau merasakan *homesickness*.

Aspek selanjutnya yaitu *turning to religion* yang mana ketiga subjek adalah mahasiswa sekaligus santri, maka aspek religi tidak bisa dipisahkan dari kehidupan subjek, mereka selalu melibatkan Tuhan dalam segala penyelesaian masalah yang sedang dihadapi, seperti berbagi cerita dan keluhan dengan Allah SWT, memohon petunjuk dalam menyelesaikan permasalahan yang terjadi, meminta agar dikuatkan dalam usaha menjadi pribadi yang mandiri, serta dilancarkan dalam proses menimba ilmu dunia dan akhirat.

Walaupun kedua subjek menggunakan kedua tipe strategi *coping* yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*, hasil penelitian ini didominasi oleh penggunaan tipe strategi *emotion focused coping* yang sejalan dengan penelitian Aulia Rumaisa pada tahun 2023,¹⁷ mengatakan bahwa dalam penyelesaian masalah *homesickness* subjek akan menggunakan strategi *emotion focused coping*. Hal ini disebabkan karena subjek merasa pengelolaan emosi sangat penting terutama saat tidak di rumahnya sendiri.

Terlebih ketiga Subjek tinggal di lingkungan pondok pesantren, sehingga setiap saat melakukan interaksi dengan orang lain, sehingga diperlukan pengondisian suasana hati yang baik. Berbeda jika subjek sedang berada di rumahnya sendiri, yang mana subjek akan lebih merasa mudah dalam menggunakan strategi *problem focused coping*, seperti *active coping* atau diartikan sebagai pengambilan tindakan langsung tanpa memikirkan baik buruk tindakan tersebut. Selama di perantauan individu akan dituntut mandiri dan pintar dalam bertindak karena hanya diri sendiri yang dirasa mampu menyelesaikan permasalahan.

Pada penelitian ini peneliti juga menemukan bahwa strategi *emotional focused coping* salah satunya yaitu dukungan emosional dari orang lain yang sangat berpengaruh positif pada penyelesaian masalah individu. Bagaimanapun manusia adalah makhluk sosial yang akan memerlukan orang lain sebagai penolong. Dukungan emosional saat ini yang dibutuhkan oleh individu berasal dari lingkungan baru, karena bagaimanapun perantau sangat

¹⁷ Rumaisa, "Strategi Coping Mahasiswa Rantau Yang Mengalami Homesickness."

membutuhkan lingkungan yang mendukung di tempat baru agar terciptanya kenyamanan dan ketenangan.

Dukungan sosial yang diperlukan yaitu berasal dari teman sebaya yang memiliki peran positif pada kehidupan individu. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Istanto & Engry yang mengatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh individu maka akan semakin rendah tingkat *homesick* yang dirasakan oleh individu, begitu pula sebaliknya bahwa semakin rendah dukungan sosial yang diperoleh oleh individu maka akan semakin tinggi tingkat *homesick* pada diri individu.¹⁸

Selain aspek *seeking of emotional social support*, dalam penelitian ini ketiga subjek juga menggunakan aspek *turning to religion* untuk menyelesaikan permasalahan *homesickness*. Terlihat dari latar belakang ketiga subjek yang mana mereka tinggal dan belajar di pondok pesantren sejak tingkat sekolah menengah pertama. Dimana pada masa SMP atau masa remaja awal memiliki rasa penasaran ingin mencoba banyak hal, serta memiliki banyak pertanyaan dalam diri remaja. Mereka memilih tinggal di pondok pesantren, yang mana pesantren akan membimbing santri dalam melakukan segala hal dengan berlandaskan agama. Sehingga santri yang tinggal di pondok bisa membedakan perilaku baik yang boleh dilakukan dan perilaku buruk yang harus ditinggalkan.

Di pondok pesantren santri sangat menjunjung tinggi norma agama dan norma kesopanan. Aspek *turning to religion* yang dilakukan subjek pada penelitian ini yaitu banyak melakukan komunikasi dengan Allah SWT yang dirasa akan mengerti apa yang sedang dirasakan oleh individu, selain itu subjek juga menyerahkan diri kepada Allah SWT dengan harapan memperoleh bantuan dalam penyelesaian masalah, serta bercerita dengan Allah SWT membuat subjek merasa tenang setelah mengungkapkan segala keluh kesah. Dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT individu akan merasa mendapatkan kekuatan dalam menghadapi permasalahan. Individu

¹⁸ Istanto and Engry, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Homesickness Pada Mahasiswa Rantau Yang Berasal Dari Luar Pulau Jawa Di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Pakuwon City."

yang memiliki iman yang kuat dipercaya mampu memiliki pemikiran yang positif dan membantu dalam meningkatkan kesejahteraan psikologi, rohani, serta emosi.¹⁹

Taylor mengatakan bahwa keberhasilan dari strategi *coping* dapat dilihat dari bagaimana individu dalam memadukan kedua strategi *coping* dan menyesuaikan dengan permasalahan yang sedang dihadapi, untuk memaksimalkan *coping* tidak harus berfokus pada satu strategi *coping*.²⁰ Tetapi, kedua *coping* bisa dilakukan secara bersama-sama oleh subjek untuk bisa mendapatkan hasil yang maksimal.

Dalam penelitian ini dua subjek dominan dalam penggunaan strategi *emotional focused coping* namun terdapat satu subjek yang menggunakan strategi *Problem focused coping* dalam mengurangi rasa *homesickness* yang sedang dirasakan. Individu dapat menggunakan kedua strategi sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan oleh masing-masing individu, karena setiap individu pastinya memiliki *coping* tersendiri dalam mengatasi permasalahan.

Hal yang membanggakan yaitu walaupun pondok memiliki peraturan yang ketat dan kegiatan yang padat, namun subjek Siti masih bisa mengikuti komunitas mengajar, serta melakukan hobinya yaitu jalan-jalan dan jajan. Dari sini dapat disimpulkan bahwa *homesickness* tidak selamanya membuat individu merasa kesepian dan cenderung menyendiri. Justru yang dilakukan subjek dengan menyibukkan diri di luar dan melakukan kegiatan yang digemari bisa terhindar dari *homesickness*.

Selain itu terdapat keunikan yang dilakukan oleh salah satu subjek saat suasana hati tidak dalam kondisi baik, yaitu subjek Devi suka mencuci pakaian. Menurutnya, mencuci pakaian bisa membuat emosi negatif dalam dirinya tersalurkan dengan baik. Saat sedang emosi subjek merasa mencuci adalah pilihan yang tepat daripada berinteraksi dengan orang lain, karena dikhawatirkan akan mengeluarkan kata yang tidak menyenangkan nantinya.

¹⁹ Sakinah Salleh et al., "Managing Mental Health Problems Through Psycho Spiritual Approach," *International Journal of Education, Psychology and Counseling* 7, no. 47 (2022): 601–15, <https://doi.org/10.35631/ijepc.747047>.

²⁰ Rumaisa, "Strategi Coping Mahasiswa Rantau Yang Mengalami Homesickness."

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan dalam pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa strategi *coping* dalam mengatasi *homesickness* yang dilakukan oleh perantau menggunakan dua tipe strategi *coping* yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Di mana kedua tipe tersebut masing-masing memiliki lima aspek seperti tipe strategi *problem focused coping* yang terdiri dari aspek *active coping*, *planning*, *suppression of competing activities*, kontrol diri, serta dukungan sosial bersifat instrumental. Sedangkan tipe strategi *emotion focused coping* terdiri dari aspek *seeking of emotional social support*, *positive reinterpretation*, *acceptance*, *denial*, dan *turning to religion*.

Dominasi *coping* dalam penelitian ini yaitu dua subjek menggunakan tipe strategi *coping* *emotion focused coping*. Cara mereka dalam mengurangi *homesickness* dengan strategi ini yaitu membaca buku novel, menonton film, mencari konten menarik di media sosial, berkomunikasi dan berinteraksi dengan teman, jalan-jalan bersama teman, membeli makanan favorit, dan aktif di sebuah komunitas mengajar.

Dalam penyelesaian *coping* berdasarkan *emotion focused coping* ketiga subjek cenderung menggunakan aspek *seeking emotional social support* yang mana dukungan dari orang di lingkungan sekitar subjek sangat dibutuhkan sebagai pendukung dalam menyelesaikan permasalahan. Pada strategi *emotion focused coping* aspek kedua yang digunakan yaitu *acceptance* yang berarti penerimaan pada diri perantau bahwa *homesick* wajar dirasakan oleh perantau. Aspek ketiga, *turning to religion* yang mana ketiga subjek adalah mahasiswa sekaligus santri, maka aspek religi tidak dapat dipisahkan dari kehidupan ketiga subjek. Hal yang dilakukan oleh subjek dalam aspek *turning to religion* yaitu beribadah, berdoa, memohon petunjuk, serta berserah diri kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Selain strategi *emotion focused coping*, terdapat satu subjek yang dominan menggunakan tipe *problem focused coping* yang berarti subjek lebih senang mengambil tindakan langsung terhadap permasalahan *homesickness* yang dialami. Seperti, merencanakan hal-hal yang akan dilakukan ketika merasa *homesick*, mencari hiburan agar tidak teringat akan *homesickness* yang dialami, serta mengontrol diri untuk mencegah rasa rindu rumah yang berkepanjangan.

Ketika *homesickness* terdapat beberapa perilaku yang terjadi pada diri subjek diantaranya menunda aktivitas atau tugas untuk menghindari dari perasaan tidak nyaman. Saat *homesickness* subjek juga kesulitan dalam berkonsentrasi, penurunan semangat dan kurangnya motivasi dalam belajar, hingga subjek beberapa kali absen di kegiatan pondok. Hingga akhirnya subjek mengisolasi diri dengan menarik diri dari interaksi sosial karena merasa sedih. Selain itu, sifat konsumtif juga terjadi pada diri subjek karena menghabiskan uang untuk hal-hal yang digemari.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang diajukan oleh peneliti adalah:

1. Bagi Mahasiswa Rantau

Diharapkan agar mahasiswa rantau lebih mengutamakan penyelesaian masalah *homesickness* dengan memanfaatkan dua strategi *coping* yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping* dengan baik. Sehingga perantau dapat sesegera mungkin mengurangi tekanan yang berasal dari *homesickness*, dan terhindar dari dampak *homesickness* yang fatal dikemudian hari.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya untuk dapat membandingkan kedua strategi *coping* mana yang lebih efektif dalam mengatasi *homesickness* serta dampak jangka panjang seperti apa yang akan dirasakan individu.



DAFTAR PUSTAKA

- Adhyaksy, Desca Erinanda. "Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dengan Homesickness Pada Mahasiswa Rantau Tahun Pertama Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang." Universitas Islam Sultan Agung, 2019. <http://repository.unissula.ac.id/id/eprint/13848>.
- Andriyani, Juli. "Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problema Psikologis." *Jurnal At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam* 2, no. 2 (December 2019): 37–55. <http://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Taujih>.
- Anggraeni, Novia Diah, Apriliani Mardianti Putri, Wahyu Dwi Lestari, Dewi Ilma Antawati, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah, Fakultas Psikologi Universitas, Muhammadiyah Surabaya, and Coping Stres. "Gambaran Strategi Coping Mahasiswa Dalam Proses Belajar Daring Coping Strategy of Undergraduate Student." *Jurnal Ilmiah Psikologi Dan Terapan* 5, no. 1 (2022): 11–18.
- Annisa, Lulu, and Nurfitri Swastiningsih. "Dukungan Sosial Dan Dampak Yang Dirasakan Oleh Ibu Menyusui Dari Suami." *Empathy : Jurnal Fakultas Psikologi* 3, no. 1 (2015): 16–22. <https://doi.org/10.12928/empathy.v3i1.3013>.
- Azizaturrohman, Wafiq. "Hubungan Homesickness Dengan Self Adjustment Pada Santri Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo." Institut Agama Islam Tribakti, 2023. <http://repo.uit-lirboyo.ac.id/id/eprint/960>.
- Fadli, Muhammad Rijal. "Memahami Desain Metode Penelitian Kualitatif." *Jurnal Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum* 21, no. 1 (2021): 33–54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1>.
- Fany, Aji, Permana Konseptualisasi, Strategi Pemberdayaan, Permana Stai, and Sufyan Tsauri Majenang. "Konseptualitas Strategi Pemberdayaan Ekonomi Masyarakat Desa." *Jurnal Ekonomi Dan Bisnis Islam* 1, no. 1 (2021): 13–27. <https://doi.org/https://doi.org/10.57210/j-ebi.v1i1.44>.
- Hapsari, Anggita Wahyu, and Siti Urbayatun. "Strategi Coping Stress Single Mother Di Kota Jambi." *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)* 8, no. 1 (2022): 11–16. <https://doi.org/10.22487/htj.v8i1.478>.
- Haq, Witsqa Maisa, Achmad Djunaidi, and Rasni Adha Yuanita. "Pengaruh Coping Stress Dan College Adjustment Terhadap Academic Achievement Pada Mahasiswa Unpad Tingkat Pertama." *Provita: Jurnal Psikologi Pendidikan* 14, no. 1 (2021): 80–101. <https://doi.org/10.24912/provita.v14i1.11423>.

- Hediati, Hilya Diniyya, and Nur Ainy Fandhana Nawangsari. "Perilaku Adaptif Mahasiswa Rantau Fakultas Psikologi Universitas Airlangga." *Doctoral Dissertation, Universitas Airlangga*. Universitas Airlangga, 2020. <https://repository.unair.ac.id/113281/>.
- Herdi, and Fitriana Ristianingsih. "Perbedaan Resiliensi Mahasiswa Rantau Ditinjau Berdasarkan Gelar Budaya." *Insight: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 10, no. 1 (June 2021): 30–40. <https://doi.org/https://doi.org/10.21009/INSIGHT.101.05>.
- Hidayat, Taufik. "Pembahasan Studi Kasus Sebagai Bagian Metodologi Penelitian." Purwokerto, August 18, 2019. <https://www.researchgate.net/publication/335227300>.
- Hutabarat, Elsa, and Nurchayati Nurchayati. "Penyesuaian Diri Mahasiswa Batak Yang Merantau Di Surabaya." *Jurnal Penelitian Psikologi* 8, no. 1 (2021): 45–59.
- Imamy, Syah Aqil. "Hubungan Locus Of Control Dengan Homesickness Pada Mahasiswa Rantau Yang Menetap Di Kota Bandung Pada Masa Pandemic Covid 19." Universitas Pendidikan Indonesia, 2022. http://repository.upi.edu/71356/3/S_PSI_1702100_Title.pdf.
- Istanto, Trinanda Linggayuni, and Agustina Engry. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Homesickness Pada Mahasiswa Rantau Yang Berasal Dari Luar Pulau Jawa Di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Pakuwon City." *Experientia: Jurnal Psikologi Indonesia* 7, no. 1 (July 31, 2019): 19–30. <https://doi.org/10.33508/exp.v7i1.2120>.
- Izatin, Dewi Nasru. "Pengaruh Terapi Berpikir Positif Terhadap Tingkat Penurunan Homesickness Santriwati Baru Pondok Pesantren Assalafiy Al-Ikhlas Tarokan Kediri." *IAIN Tulungagung*. IAIN Tulungagung, 2019. <http://repo.uinsatu.ac.id/id/eprint/12801>.
- Khairunnisa, Sheilla. "Hubungan Antara Tipe Kepribadian Dan Dukungan Sosial Dengan Homesickness Pada Mahasiswa Rantau." Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2021. http://digilib.uinsby.ac.id/49798/2/Sheilla_Khairunnisa_Rahardi_Putri_J01216039.pdf.
- Kirana, Dyah Luthfia, Rendra Khaldun, and Aiba Fauzi Alfaizi. "Penanganan Kasus Homesickness Melalui Cognitive Behaviour Terapi Dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Dan Terapi Sabar Di Yayasan Peduli Anak." *Qawwam: Jurnal For Gender Mainstreaming* 15, no. 1 (2021): 69–88. <https://doi.org/10.20414/qawwam.v15i1.3437>.
- Larassati, A. Martvie. "Hubungan Antara Motivasi Belajar Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Rantau Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik

- Ibrahim Malang.” Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang, 2018. <http://etheses.uin-malang.ac.id/13540/1/14410024.pdf>.
- Luqiyana, Tsamarah. “Hubungan Antara Kualitas Pertemanan Dan Kerinduan Pada Rumah Pada Siswa Baru Di Lingkungan Pesantren.” *Journal of Psychology and Islamic Science* 6, no. 1 (2022): 12–20. <https://doi.org/https://doi.org/10.30762/happiness.v6i1.475>.
- M. Fuad Nasar. “Menelusuri Akar Genealogi Universitas Islam Negeri.” Kementerian Agama Republik Indonesia, 2022. <https://kemenag.go.id/opini/menelusuri-akar-genealoginbspuniversitas-islam-negeri-mkkl61>.
- Mahmudah, Fitri Nur. *Analisis Data Penelitian Kualitatif Manajemen Pendidikan Berbantuan Software Atlas.TI 8*. Edited by Budi Asyhari. Pertama. Yogyakarta: UAD PRESS, 2021.
- Maulani, Safira, and Wahyutama. “Gegar Budaya Dan Strategi Adaptasi Budaya Mahasiswa Perantauan Minang Di Jakarta.” *Konvergensi: Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi* 3, no. 2 (2022): 377–91. <https://journal.paramadina.ac.id/index.php/IK/article/view/712>.
- Nabila, Hestika Murti. “Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Kontrol Diri Dengan Homesickness Mahasiswa Rantau Di Sekolah Vokasi Universitas Diponegoro.” Universitas Islam Sultan Agung, 2024. <http://repository.unissula.ac.id/id/eprint/34392>.
- Normadiyani, Helsi, Dayinta Zahra Apsari, Adinda Aulia Rahma, Arinda Zahra Aulia, Maulidya Salma Salsabilla, Widi Rahayu, Diah Sukmawati, and Raudatun Mardiah. “Analisa Struggle Homesick Saat Menjadi Mahasiswa Baru Prodi Psikologi UNNES 2023” 3, no. 1 (2024): 12–27. <http://jurnalilmiah.org/journal/index.php/kultur>.
- Nusi, Pratiwi, Sitti Murdiana, and Dian Novita Siswanti. “Homesickness Ditinjau Dari Gaya Kelekatan Secure Dan Insecure Pada Mahasiswa Rantau.” *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa* 2, no. 1 (2022): 1–10. <https://ojs.unm.ac.id/jtm/article/view/1-10>.
- Pardede, Jek Amidos, Budi Anna Keliat, Rani Kawati Damanik, and Adventy Rieng Bevi Gulo. “Optimalisasi Koping Perawat Mengatasi Kecemasan Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Era New Normal.” *Jurnal Peduli Masyarakat* 2, no. 3 (October 2020): 105–12. <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/jpm.v2i3.128>.
- Permatasari, Retno, Miftahul Arifin, and Raup Padilah. “Studi Deskriptif Dampak Psikologis Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas Pgri Banyuwangi Dalam Penyusunan Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19.”

- Jurnal Bina Ilmu Cendikia* 2, no. 1 (2021): 128–41.
<https://doi.org/https://doi.org/10.46838/jbic.v2i1.64>.
- Putri, Allychia Nanalingdita Thea. “Hubungan Antara Homesickness Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Rantau.” Yogyakarta, June 21, 2021.
https://repository.usd.ac.id/40628/2/179114033_full.pdf.
- Rahmawati, Annisa. “Makna Cinta Rindu Dan Ridho Perspektif Al-Ghazali Dalam Kitab Ihya Ulumuddin.” UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu, 2022.
<http://repository.iainbengkulu.ac.id/9987/1/AnisaRahmawati.pdf>.
- Ramadhanti, Intan Febryani, Nur Oktavia Hidayati, and Imas Rafiyah. “Gambaran Stressor Dan Strategi Koping Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran.” *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia* 5, no. 2 (December 23, 2019).
<https://doi.org/10.17509/jpki.v5i2.16635>.
- Rifa'i, Yasri. “Analisis Metodologi Penelitian Kulitatif Dalam Pengumpulan Data Di Penelitian Ilmiah Pada Penyusunan Mini Riset.” *Cendekia Inovatif Dan Berbudaya* 1, no. 1 (2023): 31–37. <https://doi.org/10.59996/cendib.v1i1.155>.
- Rumaisa, Aulia. “Strategi Coping Mahasiswa Rantau Yang Mengalami Homesickness.” Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, 2023.
https://eprints.iain-surakarta.ac.id/6261/1/Full_teks_191141089.pdf.
- Salleh, Sakinah, Rosni Wazir, Kamal Azmi Abd Rahman, Suriani Sudi, Abdul Hadi Awang, and Auf Iqbal Kamarulzaman. “Managing Mental Health Problems Through Psycho Spiritual Approach.” *International Journal of Education, Psychology and Counseling* 7, no. 47 (2022): 601–15.
<https://doi.org/10.35631/ijepc.747047>.
- Sarita, Ajeng Ayu, and Endah Imawati. “Peningkatan Keterampilan Memahami Teks Laporan Hasil Observasi Menggunakan Metode Diskusi Siswa Kelas VIII.” *Prosiding Seminar Akademik Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia* 1, no. 1 (2022): 39–46.
<https://conference.ut.ac.id/index.php/psapbin/article/view/1094>.
- Shaputra, Agung Wahyu. “Hubungan Antara Strategi Coping Dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Rantau Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang.” Universitas Islam Sultan Agung Semarang, 2021.
http://repository.unissula.ac.id/24235/2/30701700004_fullpdf.pdf.
- Shasra, Said Farhan. “Gambaran Homesickness Siswa Baru Di Pondok Pesantren.” *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial* 9, no. 4 (2022): 1247–52. <https://doi.org/10.31604/jips.v9i4.2022.1247-1252>.
- Syafrinia, Bertina. “Bimbingan Individu Bagi Santri Homesickness Di Pondok

Pesantren Manba'ul Hikmah Wonogiri.” UIN Raden Mas Said Surakarta, 2023.
[https://eprints.iain-surakarta.ac.id/7011/1/Bertina Syafrinia_161221146_BKI.pdf](https://eprints.iain-surakarta.ac.id/7011/1/Bertina%20Syafrinia_161221146_BKI.pdf).

Syawalaufa, Nikka Azzahra. “Hubungan Antara Homesickness Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Rantau Di Universitas Sebelas Maret.” Universitas Sebelas Maret, 2024.
<https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/110337/Hubungan-antara-Homesickness-dengan-Motivasi-Belajar-pada-Mahasiswa-Rantau-di-Universitas-Sebelas-Maret>.

Utomo, Khoirul Budi. “Strategi Dan Metode Pembelajaran Pendidikan Agama Islam MI.” *MODELING: Jurnal Program Studi PGMI* 5, no. 2 (2018): 145–56.
<http://jurnal.stitnualhikmah.ac.id/index.php/modeling/article/view/331/316>.

Yura, Yunita. *Jalan Pulang*. Bandung: AYURA, 2023.



LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran I

Pedoman Wawancara

Pertanyaan pembuka

1. Dari mana asal Anda?
2. Sudah semester berapa?
3. Sudah berapa lama meninggalkan rumah?

a. *Homesickness*

4. Apa yang Anda ketahui tentang *homesickness*?
5. Bagaimana perasaan Anda ketika pertama kali jauh dari rumah?
6. Bagaimana perasaan Anda ketika merasa *homesickness*?
7. Berapa lama Anda mengalami *homesickness*?
8. Faktor apa yang mempengaruhi Anda merasa *homesickness*?
9. Apakah *homesickness* menghambat semangat belajar Anda? Mengapa?
10. Kapan atau ketika sedang apa perasaan *homesickness* itu timbul?
11. bagaimana pengaruh *homesickness* terhadap kegiatan sehari-hari Anda?
12. bagaimana pengaruh *homesickness* terhadap kegiatan akademik Anda?
13. Bagaimana peran kedekatan keluarga terhadap *homesickness* yang sedang Anda rasakan?
14. Apakah ada tempat-tempat tertentu yang dapat mengobati rasa rindu Anda terhadap kampung halaman?
15. Apa saran Anda bagi orang yang sedang merasakan *homesickness*?

b. *Strategi Coping*

16. Apa yang Anda lakukan ketika merasa *homesickness*?
17. Bagaimana strategi Anda dalam mengatasi *homesickness*?
18. Bagaimana Anda beradaptasi dengan lingkungan ketika merasa *homesickness*?
19. kegiatan apa yang bisa mengurangi rasa *homesickness*?
20. Bagaimana memunculkan kebahagiaan agar bisa terlepas dari rasa *homesickness*?
21. Bagaimana memunculkan rasa optimisme ketika merasa *homesickness*?

Lampiran II

Hasil Wawancara

VERBATIM WAWANCARA

1. Subjek 1

Nama : Isnaini Rammahdina
 Semester, Jurusan : 6, Pendidikan Agama Islam
 Tanggal : 18 Juni 2024
 Waktu : 10.00-11.00 WIB
 Tempat : Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah
 Purwokerto

Peneliti/ Subjek	Pertanyaan dan jawaban wawancara	Analisis
Peneliti	Selamat siang, Perkenalkan saya Chatelya Zahra yang ingin mewawancarai mba, terima kasih sudah mau menjadi subjek penelitian saya. Kalau boleh tahu nama lengkapnya siapa?	Perkenalan, menyampaikan maksud dan tujuan.
Subjek	Nggih mba sama-sama, nama lengkap saya Isnaini Rammahdina	
Peneliti	Dari jurusan apa mba?	
Subjek	Pendidikan Agama Islam	
Peneliti	Sudah semester berapa?	
Subjek	6 (enam)	
Peneliti	Dari mana asal Anda?	
Subjek	Kab. Sekadau, Kalimantan Barat.	

Peneliti	Sudah berapa lama meninggalkan rumah?	
Subjek	Sejak SMA saya sudah merantau ke Jawa Tengah, tapi sekitar 2 tahun lalu saya pulang ke Kalimantan saat lebaran 2022.	
Peneliti	Apa yang Anda ketahui tentang <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Rasa rindu atau kangen rumah.	
Peneliti	Bagaimana perasaan Anda ketika pertama kali jauh dari rumah?	
Subjek	Sebenarnya saya pertama kali jauh dari rumah waktu SMA mba, saya mulai merantau ke Jawa saat awal SMA dan bersekolah di MAN 1 Cilacap, saat MAN juga pulang ke Kalimantan setelah tahun ke-3. Perasaan pertama kali jauh dari rumah pasti sedih ya mba, karena waktu itu masih remaja awal dan mau tidak mau harus jauh dari keluarga demi pendidikan, saya juga belum ada temen atau saudara yang sama-sama mondok disini jadi ngerasa ngga punya temen.	Perasaan sedih dan tidak punya teman saat pertama kali jauh dari rumah, namun subjek memiliki tekad kuat untuk melanjutkan pendidikan di Jawa.
Peneliti	Masa awal merantau apakah pernah Anda merasa cemas di lingkungan	

	baru? apa yang dicemaskan?	
Subjek	Tentu, yang saya cemas disini saya memulai hidup baru dengan semua yang baru, waktu itu saya masih remaja awal dan saya juga cemas karena tidak bisa bertemu dengan orang tua dan teman-teman yang ada di sana dalam jangka waktu lama.	Subjek mencemaskan dirinya yang harus memulai hidup baru dengan usia yang masih sangat muda di lingkungan baru dan tidak bisa bertemu dengan keluarga serta teman dalam waktu lama.
Peneliti	Bagaimana perasaan Anda ketika merasa <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Saat <i>homesick</i> saya lebih banyak menyendiri di kamar sambil <i>scroll</i> tiktok.	Subjek banyak menyendiri ketika sedang <i>homesickness</i> .
Peneliti	Ketika <i>homesick</i> apakah pernah merasakan kesepian? Seperti apa rasa kesepiannya itu?	
Subjek	Pernah, kesepian yang saya rasakan waktu itu karena belum ada teman akrab yang senasib jadi sedih mba bawaannya pengen nangis.	Subjek merasa ingin menangis saat sedang <i>homesickness</i> karena tidak ada teman curhat.
Peneliti	Berapa lama Anda mengalami <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Kalau lagi <i>homesick</i> tidak lama, paling sehari dua hari abis itu telepon sama orang tua <i>homesick</i> -nya berkurang. Tapi pas dulu di MAN karena saya	

	juga mondok <i>homesick</i> -nya bisa 3-5 harian lah. Sekarang kalau kangen rumah enak bisa sering komunikasi sama orang dirumah karena boleh megang hp walau dibatesin.	
Peneliti	Biasanya komunikasi dengan orang rumah seberapa sering?	
Subjek	Lumayan sering seminggu 2-3 kali telepon atau video call.	
Peneliti	Faktor apa yang mempengaruhi Anda merasa <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Yang pertama faktor tekanan banyaknya tugas kuliah, ada hafalan pondok juga, nah kalau pas awal-awal masuk MAN itu <i>homesick</i> karena saya kan pindahan dari laur pulau Jawa jadi tidak punya teman dan sedikit kesulitan untuk memahami bahasa yang digunakan disini bahkan sampe sekarang walaupun sebenarnya saya sedikit-sedikit sudah bisa.	Tugas kuliah, tugas pondok, tidak ada teman saat awal merantau, dan keterbatasan bahasa yang membuat subjek merasa rindu akan kampung halaman.
Peneliti	Apakah <i>homesickness</i> menghambat semangat belajar Anda? Mengapa?	
Subjek	Cukup mengganggu karena bikin susah fokus saat belajar atau mengerjakan tugas.	<i>Homesickness</i> membuat subjek kurang fokus dalam belajar.
Peneliti	Kapan atau ketika sedang apa perasaan	

	<i>homesickness</i> itu timbul?	
Subjek	Kalau kangen masakan ibu, kangen temen-temen, atau kayak momen-momen lebaran gini mba kan pengen tuh bisa kumpul sama keluarga, apalagi saudara saya banyak yang kumpul sama keluarganya sedangkan orang tua saya jarang mudik ke Jawa, terus saya sering keinget kalau lagi lebaran disana pasti seru bakar-bakar bareng keluarga gitu mba. Sekarang sih udah mendingan mba enggak terlalu sedih kalau lebaran enggak bareng keluarga karena udah biasa, paling cara ngobatin kangennya abis solat <i>ied</i> video call sama keluarga di Kalimantan.	Subjek merasa <i>homesickness</i> ketika rindu masakan ibu, rindu teman, rindu saat momen hari besar dimana banyak keluarga yang berkumpul.
Peneliti	Bagaimana pengaruh <i>homesickness</i> terhadap kegiatan sehari-hari Anda?	
Subjek	Kalau lagi <i>homesick</i> pasti kurang semangat menjalani hari, tapi ya mau tidak mau harus di jalani, apalagi saya dipondok sudah ada kegiatan pastinya setiap hari, seperti mengaji, terus menghafal, dan lainnya.	Ketika sedang merasa <i>homesickness</i> subjek tidak semangat menjalani hari-harinya.
Peneliti	Dimasa awal perantauan apakah pernah kesulitan dalam beradaptasi? Seperti apa?	

Subjek	Saya kesulitannya itu dari segi bahasa bahkan sampe sekarang masih cukup susah mba, karena tidak terlalu paham kalau ada orang yang ngomong bahasa Jawa terutama bahasa <i>kromo</i> , sehingga sedikit lambat dalam memahami maksud dari perkataannya itu.	Kesulitan yang dialami subjek pada masa awal perantauan adalah kesulitan dalam memahami bahasa.
Peneliti	Pada masa awal merantau lebih sering berkomunikasi dengan lingkungan di kampung atau lingkungan baru?	
Subjek	Lebih sering komunikasi dengan lingkungan baru, karena memang awal awal saya merantau saya masuk Pondok, dan di pondok tidak boleh bawa hp, telefon pun itu beberapa kali saja, kalo komunikasi dengan orang tua lebih sering mungkin pas liburan yang boleh pegang hp.	Pada masa awal merantau subjek lebih sering berkomunikasi dengan lingkungan baru daripada lingkungan lamanya, disebabkan karena tidak diperbolehkan memegang <i>gadget</i> .
Peneliti	Bagaimana pengaruh <i>homesickness</i> terhadap kegiatan akademik Anda?	
Subjek	Suka tidak konsen kalau lagi ngerjain tugas, biasanya saya alihin dulu ke hal lain kayak cari hiburan atau apa begitu. Setelah itu baru kalau udah mendingan mulai ngerjain lagi. Kalau lagi kuliah ya biasanya saya rekam atau saya catat yang dosen jelaskan, baru kalau sudah mood saya baca dan	Kegiatan akademik terganggu karena perasaan <i>homesickness</i> yang tiba-tiba muncul, subjek memilih untuk menunda belajar sampai merasa lebih baik.

	pahami lagi.	
Peneliti	Bagaimana peran kedekatan keluarga terhadap <i>homesickness</i> yang sedang Anda rasakan?	
Subjek	Peran keluarga sangat penting ya mba karena kalau lagi <i>homesick</i> bawaannya pengen telepon atau video <i>call</i> sama orang tua. Saat merasa <i>homesickness</i> saya kadang video <i>call</i> sama orang tua nah saya lebih berani terbuka menceritakan banyak hal daripada pas tinggal bareng dulu. Tapi pas dulu di MAN kan tidak pegang Hp jadi hubungan dengan keluarga cukup terhambat, tapi Alhamdulillahnya lilik saya suka nengokin ke pondok jadi bisa mengobati rasa rindu. Selain itu keluarga juga sampai sekarang masih membiayai saya sehingga sangat berperan dalam kelancaran saya berkuliah.	Kedekatan keluarga subjek cukup baik. Ketika merasa <i>homesickness</i> subjek menghubungi keluarganya via telepon atau video <i>call</i> , atau menunggu saudara yang dekat menjenguk. Subjek juga merasa terbantu karena masih dibiayai oleh keluarganya sehingga bisa mengurangi beban pikiran.
Peneliti	apakah Anda pernah merasa kesulitan dalam mengambil keputusan? siapa yang biasanya membantu dalam pengambilan keputusan Anda?	
Subjek	Pernah tentunya merasakan kesulitan, yang biasanya membantu saya mengambil keputusan biasanya teman,	Subjek pernah merasa kesulitan dalam mengambil keputusan sehingga meminta bantuan orang tua, teman, dan

	orang tua, dan keluarga.	keluarga.
Peneliti	Apakah ada tempat yang biasa Anda kunjungi saat sedang rindu keluarga?	
Subjek	Tempat tertentu si tidak ada mba disini, apalagi saya orangnya jarang main keluar.	
Peneliti	Apa yang Anda lakukan ketika merasa <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Yang dilakukan saya biasanya main hp si mba untuk pengalihan pikiran biar ga mikirin rumah terus, karena saya anaknya jarang main jadi yaudah main hp aja cari konten yang lucu-lucu atau yang gemas-gemas, paling kalau ada yang ngajak beli jajan baru tuh saya keluar, biasanya ada yang ngajak nyeblak atau beli apa gitu mba. Kalau dulu di MAN biasanya saya baca novel atau tidur. Kadang-kadang saya curhat ke teman dekat kalau semisal udah enggak bisa ngatasin sendiri, tapi jarang si mba soalnya memang saya jarang cerita masalah pribadi ke orang lain. Biasanya cerita ke Allah aja yang lebih ngertiin saya, enak mba curhat ke Allah karena setelah curhat rasanya tenang, kalau curhat ke temen kan mau terbuka masih ada rasa canggung tapi kalau ke Allah ngga, biasanya semua	Bermain hp dan mencari hiburan di sosial media adalah cara subjek mengurangi rasa <i>homesickness</i> . Namun, sesekali subjek membeli jajan keluar jika ada yang mengajak. Subjek pun sesekali cerita tentang permasalahan yang sedang dialami kepada temannya namun, lebih sering cerita kepada Tuhan yang akan mengerti semua keluhan-kesah yang sedang dirasakan.

	aku luapin pernah sampe yang nangis karena udah ngerasa capek dan lagi ngga pengen curhat ke temen karena capek untuk cerita permasalahan dari awal sampe akhir.	
Peneliti	Hal apa yang didapatkan setelah Anda berbagi cerita dengan teman?	
Subjek	Setelah saya curhat sama teman saya ngerasa beban hati dan pikiran saya cukup berkurang, biasanya saya juga dapet wejangan kayak jangan terlalu berlarut-larut kalau kangen rumah karena takutnya mempengaruhi nilai akademik. Sehingga saya jadiin motivasi aja kalau dengan jauh dari keluarga saya tetep bisa hidup dan bermanfaat ntah sekarang atau nanti, toh saya jarang pulang juga karena menuntut ilmu dunia akhirat, bukan keluyuran ngga jelas.	Subjek merasa dengan bercerita ke teman dapat meringankan beban, selain itu mendapat saran dari temannya agar tidak berlarut-larut dalam kesedihan, dan jadikan kesedihan menjadi motivasi untuk membuktikan bahwa subjek bisa berjuang walau jauh dari keluarga.
Peneliti	Seberapa sering Anda memikirkan rumah atau kampung halaman? apa yang dipikirkan?	
Subjek	Sering kali saya memikirkan kampung halaman, tentu saja yang saya pikirkan ingin bertemu dengan orang tua dan keluarga yang ada di sana.	Subjek memikirkan tentang rumah karena teringat dan ingin segera bertemu dengan orang tua dan keluarga di kampung halaman.

Peneliti	Bagaimana strategi <i>coping</i> Anda dalam mengatasi <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Pertama biasanya telepon atau video <i>call</i> orang tua, tapi ya enggak terlalu sering mba soalnya orang tua saya dua-duanya kerja jadi sebulan 2-3 kali saja komunikasi ga sesering orang-orang, kalau telepon juga paling nanya kabar sama nanya gimana disana sekarang apa aja yang berubah gitu mba, kalau curhat masalah yang terlalu pribadi si jarang. Cara yang kedua biasanya ngobrol sama temen yang asik-asik biar ngga kepikiran, cara ketiga baca novel atau buku cerita lainnya, cara keempat terus nonton film juga kadang, cara kelima yang sering saya lakukan paling sering scroll tiktok mba.	Strategi subjek dalam mengatasi rasa <i>homesickness</i> yaitu menghubungi orang tua, menghibur diri dengan membaca novel atau bermain sosial media, dan berbincang-bincang dengan teman.
Peneliti	Bagaimana Anda beradaptasi dengan lingkungan ketika merasa <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Kalau sama temen biasanya ngajak ngobrol aja gitu nanti juga berkurang kangen rumahnya, intinya banyakin interaksi sama orang sekitar biar ngga murung terus. Tapi pernah juga ditahap yang ngga mau interaksi sama lingkungan sekitar, biasanya kalau lagi	Cara subjek beradaptasi saat <i>homesickness</i> yaitu perbanyak komunikasi dengan orang lain agar pikiran teralihkan. Namun, sesekali subjek memilih untuk diam atau mengurangi

	ujian kan banyak tugas tuh mba jadi males aja gitu bawaannya buat ngobrol, ya paling ngerjian tugas biar ga berlarut-larut bebannya.	beban pikiran dengan mengerjakan tugas.
Peneliti	Kegiatan apa yang bisa mengurangi rasa <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Hmmm kalau saya yang paling sering si main hp, biasanya buka medsos buat liat keadaan temen-temen disana gimana, lagi sibuk apa, terus buat liat perkembangan disana setelah saya udah ngga disana seperti apa gitu mba, dan kegiatan lainnya tidur kalau udah ngerasa capek bingung mau ngapain lagi.	Kegiatan yang dapat mengurangi rasa <i>homesickness</i> yaitu bermain hp, berkomunikasi dengan keluarga atau teman di kampung halaman, dan tidur.
Peneliti	Bagaimana memunculkan kebahagiaan agar bisa terlepas dari rasa <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Yang pertama niat, jadi harus ada niat dari diri sendiri dulu buat ngga berlarut-larut dalam kesedihan atau kerinduan toh aku bisa disini karena ingin menuntut ilmu, setelah itu melakukan hal yang saya senangi seperti ngemil jajanan atau nonton film. Berusaha kontrol diri biar tidak berlarut-larut dalam sedih, karena kalau dipikir terus yang ada ngga selesai-selesai sedihnya dan tugas-	Cara subjek dalam memunculkan kebahagiaan yaitu diawali dengan niat yang tulus bahwa subjek disini untuk menuntut ilmu, selain itu mencari hiburan yang disukai oleh subjek.

	tugas semakin numpuk.	
Peneliti	Jika sedang merasa <i>homesickness</i> Anda cenderung optimis atau pesimis?	
Subjek	Kalau pas lagi <i>homesick</i> banget saya lebih ke pesimis mba. Tapi setelah <i>homesick</i> itu mereda saya akan optimis dan menunjukkan bahwa saya bisa melanjutkan semuanya, temen saya yang dari luar Jawa kan ada juga, nah saya mikir mereka aja bisa masa saya enggak. Walaupun merantau kadang bikin saya <i>homesick</i> tapi Alhamdulillahnya dengan merantau saya jadi lebih mandiri.	Subjek merasa pesimis ketika sedang <i>homesickness</i> .
Peneliti	Wahhh bagus ya mba terus optimis, kalau boleh tau kenapa bisa pesimis?	
Subjek	Pesimis bisa ngga ya saya keluar dari masalah ini sendirian, bisa enggak ya saya lanjutin perjuangan saya, karena sayang juga udah semester enam kalau tiba-tiba berhenti.	Subjek merasa ragu apakah bisa menyelesaikan masalahnya sendirian.
Peneliti	Lalu, bagaimana memunculkan rasa optimisme?	
Subjek	Inget bahwa tujuan saya disini untuk belajar cari ilmu jadi harus cepet-cepet selesai dan jangan terlalu santai. Selain itu saya juga ada orang terdekat	Mengingat tujuan awal disini untuk mencari ilmu dan tidak ingin menunda kelulusan dan adanya dukungan orang

	yang memberi semangat kepada saya.	terdekat membuat saya optimis dalam menjalani hari.
Peneliti	Apa saran Anda bagi orang yang sedang merasakan <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Yang pertama harus happy dan jangan terlalu dipikirkan, karena bagaimanapun bahagia kita yang ciptakan. Selain itu, berpikir positif pasti ada waktu yang tepat nanti untuk bisa bertemu dengan keluarga disana, kalau kangen bisa doakan saja yang baik-baik untuk keluarga seperti didoakan panjang umur dan sehat selalu agar secepatnya kita bisa bertemu.	Saran subjek yaitu harus <i>happy</i> , berpikir positif, dan mendoakan keluarga yang sedang jauh disana agar segera bisa bertemu.

2. Subjek 2

Nama : Siti Baiti Rohmah

Semester, Jurusan : 4, Pendidikan Agama Islam

Tanggal : 18 Juni 2024

Waktu : 15.30-16.15 WIB

Tempat : Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah

Purwokerto

Peneliti/ Subjek	Pertanyaan dan jawaban wawancara	Analisis
Peneliti	Selamat sore, Perkenalkan saya Chatelya Zahra yang ingin mewawancarai mba, terima kasih sudah mau menjadi subjek penelitian	Perkenalan, menyampaikan maksud dan tujuan.

	saya. Kalau boleh tahu nama lengkapnya siapa?	
Subjek	Baik mba, nama saya Siti Baiti Rohmah	
Peneliti	Dari jurusan apa mba?	
Subjek	Jurusan Pendidikan Agama Islam	
Peneliti	Sudah semester berapa?	
Subjek	4 (empat)	
Peneliti	Dari mana asal Anda?	
Subjek	Tanah Grogot, Kalimantan Timur	
Peneliti	Sudah berapa lama meninggalkan rumah?	
Subjek	Dari awal kuliah 2 tahun lalu, tapi terakhir saya mudik ke Kalimantan bulan Agustus 2023 saat lebaran kemarin.	
Peneliti	Apa yang Anda ketahui tentang <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Hmmm ini ya keinginan untuk pulang kerumah, kangen rumah gitu.	
Peneliti	Bagaimana perasaan Anda ketika pertama kali jauh dari rumah?	
Subjek	Sedih, tapi sebenarnya saya pas SMA mondok jadi udah biasa jauh dari	Perasaan sedih muncul ketika pertama kali meninggalkan

	orang tua, tapi dulu sering dijenguk sama orang tua karena mondoknya masih satu kabupaten, apalagi dari pondok ke rumah kakak cuma lima menit jadi kunjungannya bisa setiap hari, sedangkan yang sekarang ngga. Nah awal-awal aku mondok ga ada temen yang aku kenal, cara aku dapet temen ya biasanya sksd (sok kenal sok deket) aja sama orang untuk nambah-nambah temen, aku juga orangnya <i>welcome</i> mau berteman ya ayo ngga juga gapapa. Dari segi bahasa saya juga ada keterbatasan sulit mengerti bahasa <i>kromo</i> sampe sekarang cuma sedikit kosa kata <i>kromo</i> yang saya pahami, kalau bahasa Jawa <i>ngapak</i> saya masih ngerti sedikit-sedikit karena sudah sering dengar orang tua ngobrol pake bahasa <i>ngapak</i>.	rumah, walaupun sebelumnya sudah pernah mondok tetapi tidak pernah yang sejauh ini. Selain itu subjek tidak ada teman dan terbatas bahasa yang membuat subjek merasa kesepian.
Peneliti	Mengapa Anda memilih kuliah disini?	
Subjek	Karena kebetulan rumah nenek saya di Cilacap jadi dekat mba. Lalu saat liburan kelulusan saya berkunjung ke rumah nenek dan ternyata saya suka dengan daerah Jawa yang sejuk, orangnya ramah, asri dan kemana-mana deket, lalu saya iseng cari universitas yang dekat dengan rumah	Alasan subjek memilih berkuah di Jawa yaitu karena subjek suka dengan daerah Jawa yang aksesnya mudah dan suasananya asri, lalu subjek memutuskan untuk mencari universitas yang dekat dengan rumah

	nenek, nah ketemulah UIN SAIZU.	neneknya.
Peneliti	Bagaimana perasaan Anda ketika merasa <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Sedih yang pasti karena aku anak bungsu dari tiga bersaudara tapi paling jauh sendiri. Terus aku juga enggak suka ngobrol sama orang kalau lagi <i>homesick</i> , bawaannya pengen diemin semua orang walau dia ngga ada salah.	Subjek cenderung diam saat <i>homesick</i> karena sedih.
Peneliti	Berapa lama Anda mengalami <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Sekitar dua sampai tiga harian ngga nentu juga, tapi ya ngga pernah yang berlarut-larut sampai berbulan-bulan.	
Peneliti	Apakah ada perasaan lelah atau jengkel karena dulu sering merasa <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Pasti capek ya mba kalau ngerasa kangen rumah terus, tapi ya mau gimana lagi perasaannya muncul tiba-tiba. Tapi ya gapapa sebenarnya jadi hubungan sama keluarga tetap erat walau udah beda pulau dan jarang pulang, sekarang juga masih sering kangen tapi sudah enggak dibawa pusing. Karena takut juga ya mba terlalu nyaman disini nanti jadi betah	Subjek menganggap rasa rindu rumah memiliki nilai positif sehingga hubungan subjek dan keluarga masih terjalin dengan baik walau jauh dan jarang pulang.

	enggak mau pulang dan malah jarang komunikasi sama orang tua.	
Peneliti	Faktor apa yang mempengaruhi Anda merasa <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Kangen cerita-cerita sama orang tua, kalau sama orang tuakan biasanya tanggapannya lebih bijak karena pengalaman mereka pastinya sudah banyak, kangen rutinitas di rumah juga bantuin beres-beres rumah, main sama temen, main sama ponakan juga karena saya udah punya ponakan yang sering ngajak ribut hehe. Karena teman-teman saya banyak yang merantau juga jadi kangenya dua kali lipat, kita digrup tu suka ngomong kangen pengen main bareng lagi kayak dulu, biasanya kalau mendekati liburan kita janjian buat ngumpul bareng pas udah di Kalimantan semua. Oh iya. saya juga suka kangen sama jajanan disana, ternyata pentol Jawa sama disana itu beda, dari bumbu dan rasanya itu beda mba, padahal kalau kangen jajanan sana, saya suka nyari disini tapi belum nemu yang cocok sama lidah. Apalagi kalau di rumah kan enak ya mau jajan apa aja ngga usah mikirin keuangan, nah kalau disini mau beli apa-apa harus dipikir-	Rindu bercengkerama dengan keluarga, rindu rutinitas di rumah, rindu jajanan di kampung halaman dan rindu main dengan teman-teman yang membuat subjek merasa <i>homesickness</i>.

	pikir biar uangnya cukup sampe nanti dikirimin lagi jadi saya suka kangen rumah. Tapi ya tetap bersyukur orang tua masih rutin ngirim uang bulanan jadi ya kalau <i>homesick</i> bisa jajan atau beli apalah pake uang itu hehe.	
Peneliti	Pada masa awal merantau Anda lebih sering berkomunikasi dengan lingkungan baru atau lingkungan lama?	
Subjek	Kalau pas awal-awal merantau seringnya <i>chatting</i> sama temen di Kalimantan karena kan lebih akrab sama mereka jadi enak buat diajak curhat, orang tua juga masih sering tanya-tanya gimana nyaman enggak? Uangnya kurang enggak? Atau lagi butuh apa? Kalau sama yang dipondok tetep ngobrol tapi namanya baru kenal jadi paling basa-basi doang sebentar abis itu udah sibuk masing-masing aja.	Pada masa awal merantau subjek lebih sering berkomunikasi dengan teman dan keluarga di kampung halaman karena sudah akrab jadi lebih nyaman untuk dijadikan tempat curhat, walaupun begitu subjek tetap berkomunikasi dengan teman-teman di lingkungan baru.
Peneliti	Apakah <i>homesickness</i> menghambat semangat belajar Anda? Mengapa?	
Subjek	Kalau lagi <i>homesick</i> boro-boro mau belajar, kadang buat nugas aja susah mba, jadi ya cukup menghambat tapi ngga sampe yang bikin males belajar.	Tidak semangat belajar

Peneliti	Apa yang membuat Anda merasa <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Yang paling dikangenin pastinya makanan dan jajanan, lalu rutinitas yang biasa dilakukan kalau aku disana, bertemu orang tua, dan hal yang bikin aku sedih enggak bisa sering-sering pulang kerumah karena jarak yang jauh dan liburan semester ini aku PPL jadi enggak bisa pulang.	Hal yang membuat subjek merasa <i>homesickness</i> yaitu makanan, rutinitas di kampung halaman, dan jarak yang jauh.
Peneliti	Kapan atau ketika sedang apa perasaan <i>homesickness</i> itu timbul?	
Subjek	Biasanya kalau lagi sakit suka pengen pulang pengen diurusin sama mama, atau kadang di grup wa sama temen-temen lagi flashback kejadian masa lalu suka sedih pengen cepet-cepet pulang ngumpul-ngumpul lagi kayak dulu.	Ketika sakit dan rindu bermain dengan teman yang membuat subjek <i>homesickness</i> .
Peneliti	Bagaimana pengaruh <i>homesickness</i> terhadap kegiatan sehari-hari Anda?	
Subjek	Biasanya kalau ngerjain tugas jadi ga mood, ngerjain yang lain juga ga semangat. Lebih baik disingkirkan dulu pekerjaannya takut dipaksakan malah kurang maksimal.	Pengaruh <i>homesickness</i> tidak minat mengerjakan tugas.
Peneliti	Bagaimana pengaruh <i>homesickness</i>	

	terhadap kegiatan akademik Anda?	
Subjek	Cukup terganggu tapi pengaruhnya ngga banyak banget, karena kalau udah kangen rumah kan bawaannya <i>badmood</i> nah aku biasanya distop dulu belajar atau ngerjain tugasnya terus ngelakuin hal-hal yang bikin mood baik, baru abis itu lanjut lagi nugasnya.	<i>Homesickness</i> memiliki pengaruh terhadap semangat belajar subjek yang menurun. Namun, subjek sudah mengerti bagaimana cara mengatasinya.
Peneliti	Bagaimana pengaruh kedekatan keluarga terhadap <i>homesickness</i> yang sedang Anda rasakan?	
Subjek	Kalau lagi <i>homesick</i> pasti bawaannya ngga happy ya kak, nah biasanya aku nangisin saja biar plong dari pada dipendem. Setelah <i>itu</i> pasti orang pertama yang dicari mama, dan setiap aku telepon Alhamdulillahnya mama selalu angkat telepon aku. Hubungan aku sama keluarga ya harmonis, kita biasa ngumpul gitu kalau setelah solat subuh untuk ngemil sambil cerita-cerita dan makan tiga kali sehari kita selalu bareng-bareng jadi kangen momen-momen itu kalau lagi jauh kayak gini. Cuman aku dan keluarga untungnya sering komunikasi baik telepon atau video <i>call</i> untuk cerita kesehariannya gimana, buat nanya	Kedekatan keluarga sangat berpengaruh terhadap perasaan <i>homesickness</i> subjek, karena orang pertama yang dicari biasanya adalah Ibu. Keluarga subjek adalah keluarga harmonis yang setiap harinya selalu menyempatkan untuk berbincang bersama.

	kabar juga.	
Peneliti	Seberapa sering komunikasi yang dilakukan?	
Subjek	Waktu <i>homesick</i> pas kuliah ini cukup sering bisa 3 atau 4 kali seminggu, tapi 3 kali deh kayaknya paling sering.	
Peneliti	Apakah ada tempat-tempat tertentu yang dapat mengobati rasa rindu Anda kepada keluarga?	
Subjek	Saat pulang ke Cilacap ke rumah nenek bisa sedikit mengobati rasa rindu saya ke keluarga karena di rumah nenek ada kamar ibu aku yang dulu sering ditempatin pas masih tinggal disini, terus ketemu saudara-saudara juga kan disana bisa bikin seneng gitu. Kalau di Purwokerto ngga ada si mba.	Rumah nenek mengingatkan subjek akan keluarganya, karena di rumah nenek ada kamar ibu yang bisa mengobati rasa rindu terhadap ibunya dan bertemu saudara di Cilacap membuat subjek bahagia.
Peneliti	Apa yang Anda lakukan ketika merasa <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Aduh kalau aku biasanya diem mba, semua orang aku diemin, karena males aja gitu ngomong dan takut ngomong yang kurang enak juga kan ke orang lain makannya lebih milih diem aja.	Subjek cenderung diam ketika sedang <i>homesickness</i> .
Peneliti	Bagaimana strategi <i>coping</i> Anda dalam mengatasi <i>homesickness</i> ?	

Subjek	Kalau <i>homesick</i> mood jadi ngga enak kan mba, nah aku biasanya pergi nongkrong kemana gitu sama temen atau beli jajan apa buat bikin mood jadi enak lagi, karena saya kan suka jajan jadi kalau udah makan makanan yang aku suka bisa naikin mood. Intinya kalau lagi <i>homesick</i> aku keluar kamar, kalau diem dikamar dibawa suasana takutnya jadi berlarut-larut. Selain itu saya juga sering curhat ke Allah setelah beribadah, kadang kalau enggak ada yang ngerti perasaan kita ya cuma bisa curhat ke Allah karena disini walaupun ada beberapa yang dari luar pulau tapi enggak semuanya deket jadi yang bisa mengerti perasaan kita lebih tepatnya hanya Allah SWT.	Strategi subjek yaitu dengan pergi nongkrong keluar bersama temannya, membeli makanan kesukaan dan berkomunikasi dengan Tuhan.
Peneliti	Bagaimana Anda beradaptasi dengan lingkungan ketika merasa <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Susah si ya mba kalau lagi <i>homesick</i> buat interaksi sama orang, paling sama temen deket aja yang suka keluar bareng aku. Karena kalau lagi <i>homesick</i> tuh ga suka interaksi sama orang lain apalagi basa-basi.	Subjek merasa susah berinteraksi dengan orang di sekitar karena perasaan tidak <i>mood</i> .
Peneliti	Kegiatan apa yang bisa mengurangi rasa <i>homesickness</i> ?	

Subjek	Telepon keluarga, video call sama orang tua atau sama keponakan untuk obat kangen, main sama temen, nongkrong sama temen, atau jajan.	Hal yang dapat mengurangi rasa <i>homesickness</i> yaitu dengan komunikasi dengan keluarga di Kalimantan, nongkrong dan membeli makanan.
Peneliti	Bagaimana memunculkan kebahagiaan agar bisa terlepas dari rasa <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Biar ngga <i>homesick</i> biasanya aku lakuin hal yang disuka, kayak aku sukanya pergi-pergi atau beli makanan, baca novel-novel juga kayak punya Tere Liye itu bisa mengalihkan pikiran yang kurang enak karena hanyut ke dalam ceritanya dan bikin <i>enjoy</i> . Selain itu, aku ikut komunitas luar kampus dari semester tiga yaitu komunitas gudang sinau yang fokus pada program mengajar anak-anak desa, setiap jumat-minggu kesibukan ku mengajar anak-anak. Untuk aku sendiri ketemu teman-teman komunitas itu bisa nge- <i>recharge</i> energi aku, apalagi pas main dan belajar sama anak-anak, <i>enjoy</i> aja gitu bikin seneng.	Cara subjek dalam memunculkan kebahagiaan ketika <i>homesickness</i> yaitu main keluar, membaca novel, membeli makanan, dan aktif di sebuah komunitas setiap hari jumat-minggu.
Peneliti	Jika sedang merasa <i>homesickness</i> Anda cenderung optimis atau pesimis?	

Subjek	Kalau saya optimis-optimis aja sih mba, toh saya tau perasaan ini enggak akan lama jadi ngga mau dibawa berlarut-larut.	Subjek merasa optimis ketika sedang <i>homesickness</i> .
Peneliti	Bagaimana memunculkan rasa optimisme ketika merasa <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Pastinya dukungan keluarga yang memberi semangat dan selalu mendukung aku sehingga muncul rasa optimisme dalam diri untuk bangkit kalau lagi kangen, capek, dan ga <i>mood</i> . Kalau dari diri sendiri cara memunculkan optimisme saat <i>homesick</i> yaitu adanya dorongan untuk membahagiakan orang yang disayang dengan nilai yang memuaskan.	Perasaan optimis muncul karena adanya dukungan keluarga dan dorongan dalam diri untuk berprestasi.
Peneliti	Bagaimana cara Anda bisa menerima lingkungan baru?	
Subjek	Saya sudah terima bahwa saya harus jauh dari rumah dan hidup di lingkungan baru. Cara saya bisa menerima ini yang pertama saya sadarkan diri sendiri dulu bahwa ini bersifat sementara, dalam artian nantinya saya bisa hidup bareng kedua orang tua saya lagi, saya juga masih diberi kesempatan bisa pulang setahun sekali walaupun di tahun ini tidak bisa	Penerimaan yang dilakukan oleh subjek adalah meyakinkan diri sendiri bahwa suatu saat ada waktunya untuk bisa tinggal bersama orang tua lagi, selain itu keputusan yang diambil oleh subjek sudah bulat dan siap menerima konsekuensi

	pulang karena PPL. Yang kedua, saya sendiri yang memilih untuk berkuliah disini tanpa adanya paksaan dari pihak mana pun, jadi saya harus menerima konsekuensinya.	dari keputusan yang diambil.
Peneliti	Apa saran Anda bagi orang yang sedang merasakan <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Jangan berlarut-larut, coba menyibukkan diri dengan aktivitas yang positif, kalau ada hobi ya bisa dengan menekuni hobinya, perlanar komunikasi dengan keluarga untuk melepas rindu, dan kalau bisa menemukan cara tersendiri untuk mengobati rasa rindu akan rumah agar rindu itu tidak sering datang dan walaupun datang bisa segera diatasi. Kalau cara saya sendiri sekarang yaitu jangan terlalu dipikirin, kalau rasa-rasanya mulai kangen rumah udah deh langsung keluar cari angin buat refreshing.	Mencari aktivitas yang bermanfaat dan memperlanar komunikasi dengan keluarga agar tidak berlarut-larut dalam <i>homesickness</i> yang sedang dirasakan.

3. Subjek 3

Nama : Devi Aulia
 Semester, Jurusan : 6, Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah
 Tanggal : 20 Juni 2024
 Waktu : 14.00-15.00 WIB
 Tempat : Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Purwokerto

Peneliti/ Subjek	Pertanyaan dan jawaban wawancara	Analisis
Peneliti	Selamat siang, Perkenalkan saya Chatelya Zahra yang ingin mewawancarai mba, terima kasih sudah mau menjadi subjek penelitian saya. Kalau boleh tahu nama lengkapnya siapa?	Perkenalan, menyampaikan maksud dan tujuan.
Subjek	Nama saya Devi Aulia	
Peneliti	Dari jurusan apa mba?	
Subjek	Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah	
Peneliti	Sudah semester berapa?	
Subjek	Semester 6 (enam)	
Peneliti	Dari mana asalnya mba?	
Subjek	Kecamatan Lubuk Batang, Kabupaten Oku, Sumatera Selatan.	
Peneliti	Orang tua asalnya dari mana mba?	
Subjek	Asli Sumatera Selatan	
Peneliti	Sudah berapa lama meninggalkan	

	rumah?	
Subjek	Saya merantau udah dari MA, saya mondok di daerah Magelang. Kurang lebih setahun sekali saya pulang, terakhir pulang lebaran Idul Fitri tahun 2024.	
Peneliti	Menurut Anda <i>homesickness</i> itu apa?	
Subjek	Menurut saya <i>homesickness</i> itu perasaan kangen rumah atau rindu rumah.	
Peneliti	Bagaimana perasaan Anda saat awal merantau?	
Subjek	Hmm sedih, karena saya awal merantau ke Jawa sejak awal MA yaitu sekitar umur 14 atau 15 tahun, waktu itu kayaknya masih manja sama orang tua.	Awal merantau ke luar pulau yaitu saat awal masuk MA
Peneliti	Keinginan siapa untuk merantau?	
Subjek	Keinginan sendiri mba, karena saya ingin belajar mandiri juga pengen nyobain tinggal di Jawa Tengah keliatannya enak, karena semua ada di sini.	Merantau adalah keinginan subjek sendiri.
Peneliti	Apakah pernah ada perasaan cemas ketika pertama kali jauh dari orang	

	tua?	
Subjek	Tidak ada sepertinya, karena saya tinggal dipondok yang mana orang-orangnya menyenangkan dan banyak membantu.	Subjek tidak merasa kesepian karena tinggal di pondok yang pastinya ramai.
Peneliti	Saat awal merantau ada kesulitan beradaptasi atau tidak?	
Subjek	Kalau kesulitan adaptasi enggak terlalu ya mba, karena kalau makanan saya bukan tipe yang milih-milih, berteman juga saya bukan orang yang pendiem banget tapi bukan yang suka cerita banyak juga si mba apalagi cerita masalah pribadi. Soal bahasa Alhamdulillahnya di Sumatera tinggal di lingkungan yang banyak orang Jawanya jadi sudah bisa bahasa Jawa, karena rata-rata orang di sekitar saya itu dulunya transmigrasi dari Jawa, termasuk keluarga saya mba.	Subjek merasa tidak kesulitan dalam beradaptasi karena bukan termasuk orang yang pilih-pilih, subjek juga suka berkomunikasi sewajarnya dengan teman, dan ia tidak memiliki kesulitan dalam berbahasa Jawa karena tinggal di lingkungan yang sering menggunakan bahasa Jawa.
Peneliti	Lalu, apakah Anda pernah merasa <i>homesick</i> ? Apa yang Anda rasakan?	
Subjek	Iya pernah mba, perasaannya sedih terus susah buat ketawa walaupun temen ada yang ngelawak, sesekali kalau lagi sendirian nangis dan pikiran tidak fokus saat melakukan kegiatan sehari-hari atau lagi nugas.	Subjek merasa sedih, menangis, dan tidak fokus saat sedang <i>homesickness</i> .

Peneliti	Apakah saat <i>homesickness</i> pernah merasa kesepian?	
Subjek	Kalau lagi dipondok enggak mba karena kan rame ya, paling ngerasa sepi kalau lagi sendirian, ke luar beli apa-apa seringnya sendiri saya mba.	Subjek tidak merasa kesepian karena tinggal di pondok yang mana banyak teman, tetapi jika bepergian subjek merasa lebih nyaman pergi sendiri.
Peneliti	Kenapa sendirian?	
Subjek	Karena saya orangnya satset sukanya sendirian, juga biar cepet mba enggak harus nunggu-nungguin orang lain gitu.	
Peneliti	Berapa lama Anda mengalami <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Hmmm enggak lama, paling sehari dua hari, tapi pernah yang sampe hampir semingguan waktu pas MA karena itu pertama kalinya tinggal sendiri jauh dari rumah.	Saat mengalami <i>homesickness</i> subjek hanya 1-2 hari saja, namun pernah sampai 1 minggu lamanya saat menjadi siswa baru MA.
Peneliti	Bagaimana Anda menyadari bahwa sedang mengalami <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Awalnya saya tidak paham ya mba saya itu kenapa kok sering perasaan lagi enggak karu-karuan, bawaannya sedih terus, sering keinget rumah, kalau liat foto-foto keluarga atau	Saat pertama subjek belum menyadari bahwa yang dialami adalah <i>homesickness</i> .

	teman bawaannya ingin pulang, terus enggak tertarik buat berinteraksi sama orang yang disini, awalnya yaudah bodo amat mungkin lagi ga <i>mood</i> atau capek aja, tapi kok lama ya bisa sampe berhari-hari jadinya saya cari tahu, ohhh ternyata saya lagi <i>homesick</i> , jadi saya cari cara deh biar enggak keinget rumah terus itu bagaimana caranya.	
Peneliti	Faktor apa yang memengaruhi Anda merasa <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Yang pasti karena kangen, yaitu kangen keluarga, kangen teman, kangen suasana rumah, dan kangen hal-hal yang ada di sana.	Faktor penyebab <i>homesickness</i> karena rindu.
Peneliti	Apa yang dikangenin dari orang tua, teman, dan suasana rumah?	
Subjek	Yang dikangenin dari orang tua itu kayak perhatiannya, ngobrol barengnya, jadi sedih kalau keinget. Saya kangen masakan ibu, masakan ibu yang paling saya kangenin itu sambel nanas, selama di sini saya belum nemu sambel nanas bahkan beberapa temen saya bilang aneh masa sambel pake nanas, kalau ga salah itu makanan khas Palembang. Kalau sama teman kangen ngumpul bareng, kangen kita bercandaan kayak dulu	Subjek merasa rindu orang tua, makanan buatan ibu, rindu berkumpul bersama teman, dan rindu kenyamanan di rumah.

	lagi, kalau sekarang karena jauh jadi jarang komunikasi. Sama suasana rumah yang dikangenin itu kenyamanannya, walau gimanapun rumah pasti jadi tempat ternyaman buat saya.	
Peneliti	Dampak <i>homesickness</i> terhadap belajar seperti apa?	
Subjek	Jadi males belajar, sebenarnya saya emang orangnya enggak yang rajin belajar tapi kalau <i>homesickness</i> biasanya buat ngerjain tugas aja males bawaannya gak <i>mood</i> .	Dampak <i>homesickness</i> membuat subjek merasa malas mengerjakan tugas.
Peneliti	Lalu biasanya Anda melakukan apa agar semangat mengerjakan tugas kembali?	
Subjek	Biasanya ya saya keluar pondok buat <i>refresh</i> otak, kalau ada yang jualan saya biasanya beli jajan atau cari makanan kesukaan saya. Intinya saya atur emosi saya dulu biar enggak sedih dan suasana hati kembali enak lagi. Oh iya saya juga suka bersih-bersih kalau lagi ga karu-karuan perasaannya, dari pada ngobrol sama orang nanti dia kena omongan ketus saya, ya mending saya lakuin kegiatan yang dirasa bisa menyalurkan emosi.	Cara subjek untuk mengembalikan <i>mood</i> baik yaitu mencari hiburan di luar dan membeli makanan favorit.

Peneliti	Saat sedang <i>homesickness</i> Anda biasanya perbanyak komunikasi atau tidak? Dengan siapa?	
Subjek	Kalau sama temen atau keluarga enggak terlalu ya mba, biasanya paling curhat ke pasangan saya atau ke Allah. Kalau pasangan saya lagi senggang ya saya curhat, kalau sibuk ya saya enggak mau ganggu, jadi biasanya setelah solat isya saya curhat ke Allah cerita-cerita kalau saya kangen keluarga atau lagi ngerasa capek sama tugas-tugas kuliah pengen cepet-cepet selesai, berdoa juga biar Allah permudah saya dalam mengerjakan tugas sama minta solusi gimana biar saya enggak terlalu berlarut-larut dalam kesedihan karena kangen rumah.	Subjek perbanyak komunikasi dengan pasangan dan Allah saat sedang merasa <i>homesickness</i> .
Peneliti	Bagaimana pengaruh kehadiran pasangan terhadap <i>homesickness</i> yang dirasakan?	
Subjek	Untuk saya pribadi pasangan memiliki pengaruh yang positif saat saya sedang merasa <i>homesickness</i> karena dia selalu kasih semangat dan saran buat saya kalau lagi capek atau sedih. Apalagi saya sekarang udah jarang komunikasi dengan orang tua jadi ya satu-satunya	Subjek Devi mendapatkan dukungan dari pasangannya yang selalu mendengarkan cerita dan keluh-kesah saat merasa sedih dan lelah.

	tempat curhat saya yang bisa diajak curhat dan kasih tanggapan langsung ya cuma dia.	
Peneliti	Bagaimana pengaruh kedekatan keluarga terhadap <i>homesickness</i> yang sedang Anda rasakan?	
Subjek	Sangat penting ya mba, apalagi saya <i>homesick</i> itu seringnya karena kangen keluarga, pas awal-awal sering telepon kalau ada jadwalnya telepon, tapi sekarang jarang karena udah terbiasa dan orang tua sibuk bekerja jadi komunikasi tidak sesering dulu. Saat di rumah keluarga saya sering ngumpul kalau malem hari nonton tv bareng sambil cerita-cerita tentang keseharian gitu mba.	Keluarga memiliki peran penting terhadap penyebab <i>homesickness</i> yang dirasakan subjek.
Peneliti	Seberapa penting peran keluarga selama Anda merantau?	
Subjek	Wah sangat penting mba peran keluarga apalagi soal finansial hahaha, saya setiap bulan masih dikirim sama orang tua.	Subjek setiap bulan dikirim uang oleh orang tua sebagai bentuk dukungan orang tua terhadap subjek yang sedang berada di perantauan.
Peneliti	Apa yang Anda lakukan ketika <i>homesickness</i> ?	
Subjek	Kalau lagi sedih karena <i>homesickness</i> biasanya saya mengontrol diri biar	Kontrol diri yang dilakukan oleh subjek yaitu curhat

	enggak keinget sama rumah terus, memikirkan hal lain biar ngga sampe nangis. Curhat sama Allah, curhat sama pasangan, dan jajan sendirian. Saya suka makan suka jajan, jadi kalau lagi gak <i>mood</i> ya larinya ke makanan, enggak tau kenapa makanan itu bisa bikin <i>mood</i> saya bagus lagi. Sekarang lebih ke menerima keadaan saja mba kalau lagi <i>homesick</i> yaudah gapapa kan katanya wajar dialami sama perantau jadi yaudah enggak dipikirin banget karena khawatir nanti jadi ga mood terus.	dengan Allah atau pasangan jika sedang merasa sedih, selain itu membeli makanan favorit juga sebagai bentuk mengurangi rasa <i>homesick</i> subjek.
Peneliti	Apa saran Anda bagi orang yang sedang merasa <i>homesickness</i>?	
Subjek	Semangat ya kamu disini enggak sendirian kok, ingin sendiri enggak papa tapi jangan pernah merasa sendirian karena sebenarnya banyak kok orang yang peduli sama kamu, ayo coba membuka diri agar orang tidak sungkan untuk berkomunikasi sama kamu. Lakuin hal yang kamu suka selagi itu bukan hal yang buruk dan perbaiki komunikasi dengan keluarga.	

Lampiran III

Dokumentasi



Wawancara dengan Isnaini Rammahdina



Wawancara dengan Siti Baiti Rohmah



Wawancara dengan Devi Aulia



Latihan kegiatan khataman Pondok



Kegiatan hapalan



Kegiatan hapalan di Masjid pondok

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

Nama Lengkap : Chatelya Zahra Nur Afifah
 NIM : 2017101004
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)
 Jurusan : Konseling dan Pengembangan Islam
 Fakultas : Dakwah
 Tempat, Tanggal lahir : Banjarnegara, 18 Februari 2002
 Alamat Lengkap : Mustika Prakarsa G4, RT 10/RW12,
 Cibalongsari, Klari, Karawang, Jawa Barat
 41371.
 Nama Ayah : Achmad Isnaeni Wagijo
 Nama Ibu : Khotimah Tri Widiastuti
 Nomor WhatsApp : 0896-7812-7443
 Email : chaltyazahra1234@gmail.com
 Instagram : catlyazzr

B. Riwayat Pendidikan

SMA/SMK/MA : SMA Negeri 1 Klari
 SMP/MTS : SMP Negeri 3 Klari
 SD/MI : SD Negeri Cibalongsari 4

C. Pengalaman Komunitas

1. Komunitas Rumah Kreatif Wadas Kelir Purwokerto

Purwokerto,
Menyatakan,



Chatelya Zahra Nur Afifah
NIM. 2017101004