

BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM BAGI SANTRI YANG MENGALAMI HOMESICKNESS: PENDEKATAN PSIKO-EKOLOGIS

Siti Lailatul Khasanah

Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, Indonesia

*Email Korespodensi: sitilailatulkhasanah01@gmail.com

ARTICLE INFO

Article History:

Submitted 18-Juli-2026

Received 21-Juli-2026

Published 22-Juli-2026

Keywords:

Islamic Guidance and Counseling; Homesickness; Students of Islamic Boarding Schools; Psycho-Ecological Approach; Islamic Boarding Schools.

Kata Kunci:

bimbingan dan konseling Islam, homesickness, santri, pendekatan psiko-ekologis, pesantren

ABSTRACT

Homesickness is one of the most common psychological challenges experienced by students in Islamic boarding schools (santri), particularly during the early stages of boarding life. Characterized by longing for family and the home environment, it may negatively affect psychological well-being, self-adjustment, learning motivation, and social interactions. This study aims to identify the psychological and environmental factors contributing to homesickness, describe the implementation of Islamic Guidance and Counseling services in Islamic boarding schools, and formulate a psycho-ecological-based Islamic Guidance and Counseling model. A narrative literature review was conducted using 28 scholarly publications published between 2016 and 2026, retrieved through Google Scholar and Publish or Perish. Data were analyzed using content analysis and thematic synthesis to examine homesickness, psycho-ecological factors, and counseling practices. The findings indicate that homesickness is shaped by the interaction of psychological and environmental factors. Islamic Guidance and Counseling supports students' self-adjustment, psychological well-being, and Islamic character development. A psycho-ecological approach offers a comprehensive counseling framework by fostering collaboration among counselors, families, peers, and the boarding school environment. This integrated model effectively reduces homesickness while strengthening students' adaptation, resilience, and overall psychosocial well-being.

ABSTRAK

Homesickness merupakan salah satu permasalahan psikologis yang umum dialami santri, terutama pada masa awal tinggal di pesantren. Kondisi ini ditandai dengan kerinduan terhadap keluarga dan lingkungan asal yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis, penyesuaian diri, motivasi belajar, serta interaksi sosial. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi faktor psikologis dan lingkungan yang memengaruhi homesickness, mendeskripsikan layanan Bimbingan dan Konseling Islam di pesantren, serta merumuskan model Bimbingan dan Konseling Islam berbasis pendekatan psiko-ekologis. Penelitian menggunakan metode literature review dengan pendekatan naratif. Data diperoleh dari 28 publikasi ilmiah yang diterbitkan pada periode

2016–2026 melalui Google Scholar dan Publish or Perish. Analisis dilakukan menggunakan content analysis dan thematic synthesis untuk mengkaji konsep homesickness, faktor psiko-ekologis, serta implementasi Bimbingan dan Konseling Islam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa homesickness dipengaruhi oleh interaksi faktor psikologis dan lingkungan. Bimbingan dan Konseling Islam berperan dalam meningkatkan penyesuaian diri, kesehatan mental, dan pembentukan karakter Islami. Pendekatan psiko-ekologis menghasilkan layanan konseling yang lebih komprehensif melalui sinergi antara konselor, keluarga, teman sebaya, dan lingkungan pesantren sehingga efektif mengurangi homesickness serta memperkuat adaptasi dan resiliensi santri

LATAR BELAKANG

Pesantren merupakan lembaga pendidikan Islam yang tidak hanya berfungsi sebagai tempat transfer ilmu keislaman, tetapi juga sebagai lingkungan pembentukan karakter, pengembangan spiritualitas, dan pembinaan kemandirian santri (Hartono & Sugianto, 2024). Sistem pendidikan berasrama yang menjadi ciri khas pesantren menuntut santri untuk tinggal jauh dari keluarga dalam jangka waktu yang relatif lama. Kondisi tersebut memberikan berbagai pengalaman adaptasi yang berbeda pada setiap individu. Sebagian santri mampu menyesuaikan diri dengan cepat terhadap lingkungan baru, sedangkan sebagian lainnya mengalami berbagai hambatan psikologis pada masa-masa awal kehidupan di pesantren (Nurfitriah, 2025). Salah satu permasalahan yang paling sering muncul adalah homesickness, yaitu kondisi emosional yang ditandai dengan kerinduan mendalam terhadap rumah, keluarga, dan lingkungan asal sehingga memengaruhi kondisi psikologis maupun proses penyesuaian diri santri (Qomariah et al., 2026).

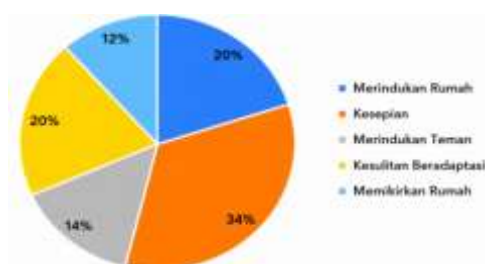
Homesickness bukan sekadar perasaan rindu biasa, melainkan suatu bentuk tekanan psikologis yang dapat memunculkan kesedihan, kecemasan, stres, penurunan motivasi belajar, kesulitan berkonsentrasi, gangguan tidur, menarik diri dari lingkungan sosial, hingga keinginan untuk meninggalkan pesantren (Cahyaningrum et al., 2025). Apabila kondisi tersebut tidak mendapatkan pendampingan yang tepat, homesickness berpotensi menghambat proses perkembangan akademik, sosial, emosional, maupun spiritual santri. Dalam konteks pendidikan pesantren, permasalahan ini menjadi penting karena keberhasilan pendidikan tidak hanya ditentukan oleh aspek kognitif, tetapi juga oleh kesiapan psikologis santri dalam menjalani kehidupan berasrama (Sawitri & Kusnadi, 2025).

Fenomena homesickness pada santri semakin relevan seiring meningkatnya jumlah peserta didik yang berasal dari daerah berbeda, bahkan lintas provinsi. Perbedaan budaya, bahasa, pola komunikasi, kebiasaan hidup, serta keterbatasan interaksi dengan keluarga menjadi faktor yang memperberat proses adaptasi (Setiyawati et al., 2026). Persoalan tersebut sejalan dengan penelitian Sumayya et al., (2025) bahwa tingkat homesickness pada perempuan cenderung lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki. Hasil penelitian tersebut memperlihatkan

bahwa dari 251 responden perempuan, sebanyak 24,55% mengalami homesickness, sedangkan pada 165 responden laki-laki persentasenya mencapai 21,72%. Temuan ini mengindikasikan bahwa perempuan memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk mengalami homesickness dibandingkan laki-laki.

Data diatas menggambarkan bahwa Santri baru umumnya menghadapi perubahan lingkungan secara drastis, mulai dari aturan pesantren yang ketat, jadwal kegiatan yang padat, hingga tuntutan hidup mandiri. Perubahan tersebut sering kali menimbulkan tekanan psikologis yang membutuhkan strategi penyesuaian diri secara bertahap. Dalam perspektif psikologi perkembangan, masa remaja merupakan periode yang sangat rentan terhadap perubahan lingkungan karena individu sedang berada pada fase pencarian identitas, perkembangan emosi, dan peningkatan kebutuhan akan dukungan sosial (Zahwa & Hanif, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian Putri et al., (2023) penyebaran kuesioner, faktor penyebab homesickness yang paling dominan adalah perasaan kesepian dengan persentase sebesar 34% (12 responden). Selanjutnya, faktor merindukan rumah dan kesulitan beradaptasi masing-masing menyumbang 20% (7 responden), diikuti oleh kerinduan terhadap teman sebesar 14% (5 responden), serta kebiasaan memikirkan rumah sebesar 12% (4 responden). Temuan tersebut menunjukkan bahwa perasaan kesepian menjadi faktor yang paling berpengaruh terhadap munculnya homesickness pada responden.



Gambar 1. Faktor homesickness mahasiswa

Pendekatan psiko-ekologi menawarkan perspektif yang lebih komprehensif dalam memahami permasalahan tersebut. Pendekatan ini memandang bahwa perilaku, kesehatan mental, dan kesejahteraan individu merupakan hasil interaksi antara faktor psikologis dengan sistem lingkungan yang saling memengaruhi, mulai dari keluarga, teman sebaya, pengasuh asrama, guru, budaya pesantren, hingga nilai-nilai masyarakat (Yuwanto, 2026). Perspektif ini sejalan dengan teori ekologi perkembangan manusia yang menempatkan individu sebagai bagian dari sistem sosial yang dinamis. Dalam kehidupan pesantren, kualitas hubungan antara santri dengan musyrif, ustaz, teman sebaya, serta budaya kehidupan asrama memiliki kontribusi besar terhadap keberhasilan proses adaptasi dan kemampuan santri mengatasi homesickness (Hilabi & Sriyanti, 2026).

Di sisi lain, Islam memandang bahwa setiap bentuk kesulitan hidup merupakan bagian dari proses pendidikan spiritual yang dapat dihadapi melalui penguatan iman, kesabaran, tawakal, serta ikhtiar yang tepat (Sukadana, 2025). Nilai-nilai tersebut menjadi landasan penting dalam praktik Bimbingan dan Konseling Islam. Berbeda dengan pendekatan konseling konvensional yang lebih menitikberatkan pada aspek psikologis, Bimbingan dan Konseling Islam mengintegrasikan dimensi spiritual, akhlak, dan nilai-nilai Al-Qur'an serta Sunnah sebagai sumber penyelesaian masalah (Fajar Gunawan & Lastri, 2025). Konseling Islam tidak hanya bertujuan mengurangi gejala psikologis, tetapi juga membantu individu menemukan makna kehidupan, meningkatkan kedekatan kepada Allah Swt., mengembangkan kesabaran, rasa syukur, serta membangun ketahanan psikologis yang berlandaskan nilai-nilai keislaman. Pendekatan ini sangat relevan diterapkan di lingkungan pesantren karena selaras dengan budaya pendidikan Islam yang telah berkembang di dalamnya (Miftahul Jannah, 2025).

Berdasarkan hasil telaah berbagai penelitian terdahulu, ditemukan bahwa kajian mengenai homesickness lebih banyak dilakukan pada mahasiswa perantau, seperti penelitian Ghifara & Irta, (2026) tentang Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Tingkat Homesickness pada Mahasiswa Baru Perantau di Universitas Negeri Padang, penelitian Barwin et al., (2024) tentang pengaruh Sense of Belonging terhadap Homesickness pada Mahasiswa Rantau di Kota Makassar. Artinya penelitian mengenai homesickness pada santri pesantren masih relatif terbatas, sehingga belum banyak mengintegrasikan dimensi keislaman dalam proses pendampingannya. Di sisi lain, penelitian yang menghubungkan Bimbingan dan Konseling Islam dengan pendekatan psiko-ekologis juga masih sangat terbatas. Dengan demikian, masih terdapat kesenjangan penelitian (research gap) berupa belum adanya model konseptual yang mengintegrasikan pendekatan psiko-ekologis dengan prinsip-prinsip Bimbingan dan Konseling Islam dalam membantu santri mengatasi homesickness di lingkungan pesantren.

Penelitian ini menawarkan kebaruan (novelty) melalui pengintegrasian perspektif psiko-ekologis dengan Bimbingan dan Konseling Islam dalam memahami dan menangani homesickness pada santri. Pendekatan ini tidak hanya memusatkan perhatian pada kondisi psikologis individu, tetapi juga menganalisis pengaruh lingkungan pesantren, hubungan keluarga, interaksi teman sebaya, pola pengasuhan musyrif, budaya pesantren, serta dimensi spiritual sebagai satu kesatuan yang saling berkaitan. Hasil penelitian diharapkan mampu menghasilkan kerangka konseptual maupun rekomendasi layanan Bimbingan dan Konseling Islam yang lebih komprehensif, kontekstual, dan sesuai dengan karakteristik kehidupan pesantren.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam bagi santri yang mengalami homesickness melalui pendekatan psiko-ekologis. Penelitian juga bertujuan mengidentifikasi faktor-faktor psikologis dan lingkungan yang memengaruhi munculnya homesickness, mendeskripsikan bentuk layanan Bimbingan dan Konseling Islam yang telah diterapkan di

pesantren, serta merumuskan model Bimbingan dan Konseling Islam berbasis pendekatan psiko-ekologis yang dapat menjadi alternatif pendampingan santri dalam menghadapi proses adaptasi di lingkungan pesantren.

LANDASAN TEORI

Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan Konseling Islam merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu memahami, menerima, dan mengembangkan potensi dirinya berdasarkan ajaran Islam sehingga mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Bantuan tersebut diberikan melalui hubungan profesional antara konselor dan konseli dengan mengintegrasikan nilai-nilai Al-Qur'an, Sunnah, serta prinsip-prinsip psikologi dalam proses penyelesaian masalah (Wijaya, 2020).

Menurut Faqih (2001), Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan Allah Swt. sehingga memperoleh kebahagiaan dunia dan akhirat. Sementara itu, Musnamar (1992) menjelaskan bahwa konseling Islam bertujuan membantu individu mengembangkan fitrah keagamaannya sehingga mampu mengatasi berbagai persoalan kehidupan melalui pendekatan spiritual dan psikologis. Dalam konteks pesantren, Bimbingan dan Konseling Islam tidak hanya berfungsi menyelesaikan masalah psikologis santri, tetapi juga membentuk akhlak, meningkatkan kualitas ibadah, mengembangkan kepribadian Islami, serta memperkuat kemampuan santri menghadapi berbagai tantangan kehidupan secara mandiri.

Homesickness

Homesickness merupakan kondisi psikologis berupa kerinduan yang mendalam terhadap rumah, keluarga, serta lingkungan asal yang muncul ketika individu berada di lingkungan baru dalam waktu tertentu (Salmi & Yasmin, 2023). Menurut (Thurber & Walton, (2007), homesickness adalah kombinasi antara distress akibat perpisahan dengan rumah dan kesulitan beradaptasi terhadap lingkungan baru. Selain itu, homesickness dapat dimaknai sebagai respons emosional yang muncul karena kehilangan kedekatan dengan lingkungan yang memberikan rasa aman. Pada santri, homesickness sering muncul pada masa awal tinggal di pesantren ketika mereka harus berpisah dari orang tua dan menghadapi budaya kehidupan yang berbeda.

Pendekatan Psiko-Ekologis

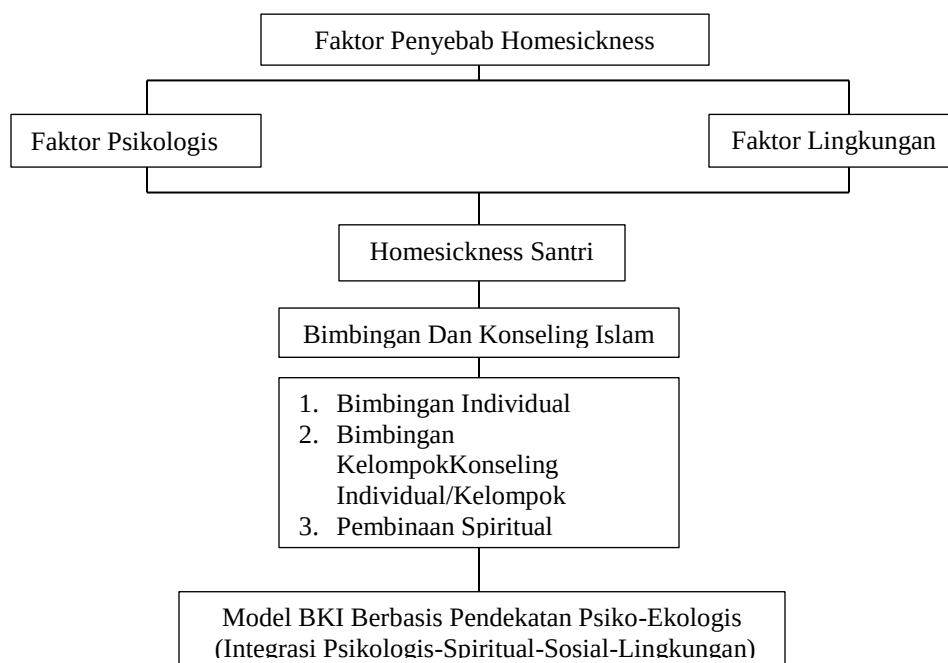
Pendekatan psiko-ekologis merupakan pendekatan yang memandang perilaku dan perkembangan individu sebagai hasil interaksi antara faktor psikologis dengan lingkungan sosial tempat individu hidup. Pendekatan ini banyak dikembangkan berdasarkan Teori Sistem Ekologi Bronfenbrenner (1979), yang menjelaskan bahwa perkembangan manusia dipengaruhi oleh berbagai sistem lingkungan yang saling berinteraksi. Dalam perspektif ini, kondisi

psikologis santri tidak dapat dipahami hanya dari karakter individu, tetapi juga dari hubungan antara santri dengan keluarga, teman sebaya, pengasuh, budaya pesantren, serta masyarakat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode literature review dengan pendekatan naratif (narrative literature review) yang bertujuan untuk mengidentifikasi, mengkaji, mengevaluasi, dan mensintesis berbagai hasil penelitian terdahulu yang berkaitan dengan bimbingan dan konseling Islam bagi santri yang mengalami homesickness melalui pendekatan psiko-ekologis. Data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan data sekunder yang diperoleh dari berbagai sumber ilmiah sebanyak 28, meliputi artikel jurnal nasional dan internasional, prosiding seminar, serta dokumen ilmiah lain yang relevan dengan fokus penelitian. Penelusuran literatur dilakukan secara sistematis melalui berbagai basis data ilmiah, seperti Google Scholar, dan aplikasi *Publish or Perish* dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir (2016-2026). Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*) yang dipadukan dengan sintesis tematik (*thematic synthesis*). Tahapan analisis diawali dengan reduksi data untuk memilih informasi yang sesuai dengan fokus penelitian. Selanjutnya, data dikategorikan berdasarkan beberapa tema utama, yaitu konsep homesickness pada santri, faktor-faktor psikologis dan ekologis yang memengaruhinya, implementasi bimbingan dan konseling Islam di pesantren, serta penerapan pendekatan psiko-ekologis dalam layanan konseling.

HASIL DAN PEMBAHASAN



(Sumber: diolah peneliti 2025)

Faktor Psikologis Dan Lingkungan Terhadap Munculnya Homesickness

Homesickness merupakan respons emosional yang muncul ketika individu berada jauh dari rumah, keluarga, maupun lingkungan yang telah dikenal sebelumnya. Kondisi ini ditandai dengan munculnya rasa rindu terhadap rumah, kesepian, kecemasan, kesulitan beradaptasi, hingga penurunan kesejahteraan psikologis. Pada konteks pesantren, homesickness umumnya dialami oleh santri baru yang sedang menjalani masa transisi dari lingkungan keluarga menuju kehidupan yang lebih mandiri dengan aturan, budaya, dan pola interaksi yang berbeda. Berdasarkan hasil penelitian, faktor psikologis dan lingkungan merupakan dua aspek yang saling berkaitan dalam memengaruhi munculnya homesickness pada santri.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor psikologis menjadi penyebab utama munculnya homesickness. Berdasarkan hasil penyebaran kuesioner, perasaan kesepian merupakan faktor yang paling dominan dengan persentase sebesar 34% (12 responden). Selanjutnya, faktor merindukan rumah dan kesulitan beradaptasi masing-masing menyumbang 20% (7 responden), diikuti oleh kerinduan terhadap teman sebesar 14% (5 responden), serta kebiasaan memikirkan rumah sebesar 12% (4 responden). Temuan tersebut mengindikasikan bahwa kesepian merupakan kondisi psikologis yang paling berkontribusi terhadap munculnya homesickness.

Dominannya perasaan kesepian menunjukkan bahwa sebagian santri belum mampu membangun keterikatan emosional dengan lingkungan pesantren. Perubahan lingkungan sosial yang terjadi secara mendadak menyebabkan santri kehilangan figur-figur yang selama ini memberikan rasa aman, seperti orang tua, saudara, maupun teman dekat. Kehilangan dukungan emosional tersebut memunculkan perasaan terasing sehingga santri lebih mudah mengalami kerinduan terhadap rumah. Menurut Stroebe, Schut, dan Nauta (2015), homesickness merupakan bentuk distress psikologis yang ditandai oleh kerinduan terhadap rumah (attachment loss), disertai kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Semakin kuat keterikatan individu terhadap rumah, semakin besar pula kemungkinan munculnya homesickness ketika berada pada lingkungan yang berbeda.

Selain kesepian, kesulitan beradaptasi juga menjadi faktor yang cukup dominan. Santri baru harus menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan, seperti jadwal kegiatan yang padat, aturan disiplin pesantren, pola belajar, serta kehidupan komunal bersama teman sebaya. Perubahan tersebut menuntut kemampuan penyesuaian diri yang baik. Apabila kemampuan adaptasi masih rendah, santri cenderung mengalami tekanan psikologis yang berujung pada munculnya homesickness. Temuan ini sejalan dengan penelitian Thurber dan Walton (2012) yang menjelaskan bahwa individu yang memiliki kemampuan adaptasi dan regulasi emosi yang baik cenderung lebih mudah mengatasi homesickness dibandingkan individu yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri.

Faktor psikologis lainnya adalah kerinduan terhadap rumah dan keluarga. Rumah tidak hanya dipahami sebagai tempat tinggal, tetapi juga sebagai sumber rasa aman, kasih sayang, dan dukungan emosional. Selain faktor psikologis, lingkungan pesantren juga memiliki peran penting dalam memengaruhi munculnya homesickness. Perspektif psiko-ekologis memandang bahwa kondisi psikologis individu tidak dapat dipisahkan dari lingkungan tempat individu tersebut berada. Bronfenbrenner (1979) menjelaskan bahwa perkembangan individu

dipengaruhi oleh berbagai sistem lingkungan yang saling berinteraksi, mulai dari keluarga hingga budaya masyarakat. Dalam konteks pesantren, lingkungan sosial yang hangat, suportif, dan inklusif dapat membantu santri menyesuaikan diri sehingga mengurangi risiko homesickness. Sebaliknya, lingkungan yang kurang memberikan dukungan emosional dapat memperkuat perasaan kesepian dan keterasingan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan dengan teman sebaya menjadi salah satu aspek lingkungan yang berpengaruh terhadap kemampuan adaptasi santri. Kehadiran teman yang memberikan dukungan emosional, membantu proses penyesuaian, serta menciptakan rasa memiliki terhadap lingkungan pesantren mampu mengurangi intensitas homesickness. Sebaliknya, santri yang mengalami kesulitan membangun hubungan sosial cenderung lebih mudah merasa sendiri dan terisolasi. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Rahman dan Sari (2023) yang menyatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan negatif dengan homesickness, sehingga semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, semakin rendah tingkat homesickness yang dialami individu.

Dalam perspektif Bimbingan dan Konseling Islam, faktor psikologis dan lingkungan dipandang sebagai dua aspek yang harus ditangani secara terpadu. Islam mengajarkan bahwa ketenangan hati diperoleh melalui kedekatan kepada Allah Swt. sebagaimana firman-Nya dalam QS. Ar-Ra'd ayat 28 yakni:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: "Yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram." Ayat ini sangat sesuai karena homesickness merupakan kondisi psikologis yang ditandai oleh kerinduan, kecemasan, dan ketidaknyamanan emosional. Dalam perspektif bimbingan dan konseling Islam, salah satu intervensi utama adalah memperkuat hubungan spiritual melalui dzikir sehingga santri memperoleh ketenangan batin

Artinya dapat dipahami bahwa homesickness pada santri tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi internal berupa kesepian, kerinduan terhadap keluarga, dan kesulitan beradaptasi, tetapi juga dipengaruhi oleh kualitas lingkungan sosial di pesantren. Temuan ini mendukung pendekatan psiko-ekologis yang menekankan pentingnya interaksi antara individu dan lingkungannya dalam membentuk kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, upaya pencegahan dan penanganan homesickness perlu dilakukan secara komprehensif melalui penguatan kondisi psikologis santri sekaligus penciptaan lingkungan pesantren yang aman, nyaman, religius, dan kaya akan dukungan sosial.

Bentuk Bimbingan Dan Konseling Islam Yang Telah Diterapkan Di Pesantren

Pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam (BKI) di lingkungan pesantren memiliki karakteristik yang berbeda dengan layanan bimbingan dan konseling di sekolah umum. Perbedaan tersebut terletak pada landasan filosofis, tujuan, metode, serta pelaksana layanan yang berorientasi pada pembentukan kepribadian Islami melalui integrasi nilai-nilai Al-Qur'an, Sunnah, dan tradisi kepesantrenan (Rahma & Lisnawati, 2025). Temuan penelitian (Cahyaningrum et al., (2025) menunjukkan bahwa santriwati baru yang mengalami homesickness 60% mengalami gangguan konsentrasi, 55% sering menangis, 50% penurunan nafsu makan, dan 45% mengurangi interaksi sosial. Kondisi tersebut menerapkan berbagai strategi untuk mengatasi homesickness, seperti aktif mengikuti kegiatan pesantren 75%, menjalin hubungan dengan teman 65%, serta layanan bimbingan individu di pesantren 40%.

Temuan ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan berperan penting dalam membantu santriwati menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren.

Bimbingan dan konseling di pesantren tidak hanya berfungsi sebagai upaya penyelesaian masalah psikologis santri, tetapi juga sebagai media pembinaan spiritual, moral, sosial, dan akademik secara berkelanjutan. Pendekatan ini menjadikan proses konseling tidak bersifat insidental, melainkan menyatu dengan seluruh aktivitas kehidupan santri di pesantren. Hasil penelitian Kumaidin et al., (2026) menunjukkan bahwa bentuk layanan BKI di pesantren pada umumnya terbagi menjadi beberapa bentuk utama, yaitu bimbingan individual, bimbingan kelompok, konseling individual, konseling kelompok, pembinaan spiritual melalui ibadah, keteladanan, serta pembiasaan disiplin kehidupan pesantren. Seluruh bentuk layanan tersebut saling melengkapi dalam membentuk karakter santri sehingga perkembangan aspek emosional, sosial, intelektual, dan spiritual berlangsung secara seimbang.

Bimbingan individual merupakan layanan yang paling sering digunakan ketika santri mengalami kesulitan pribadi, seperti homesickness, konflik dengan teman sekamar, kesulitan belajar, penurunan motivasi, maupun masalah keluarga. Pendekatan ini membantu santri menemukan solusi tanpa mengabaikan aspek psikologis maupun spiritual. Hubungan yang dekat antara pembimbing dan santri juga memungkinkan deteksi dini terhadap berbagai permasalahan yang dialami santri. Selain layanan individual, bimbingan kelompok menjadi bagian penting dalam sistem pembinaan pesantren. Layanan ini biasanya dilaksanakan dalam bentuk halaqah, diskusi keagamaan, mentoring, maupun kajian rutin setelah salat berjamaah. Bimbingan kelompok juga efektif dalam membangun dukungan sosial antar-santri sehingga mampu mengurangi perasaan terisolasi, terutama bagi santri baru yang sedang mengalami proses adaptasi (Zahrah et al., 2025).

Konseling individual tetap menjadi layanan yang diperlukan ketika permasalahan santri bersifat lebih kompleks dan membutuhkan kerahasiaan. Pendekatan tersebut terbukti mampu meningkatkan ketenangan batin sekaligus memperkuat keimanan santri dalam menghadapi berbagai tekanan kehidupan (Nisa et al., 2025). Pembinaan spiritual menjadi ciri khas utama BKI di pesantren. Kegiatan seperti salat berjamaah, qiyamul lail, membaca Al-Qur'an, dzikir, wirid, muhasabah, puasa sunnah, hingga kajian kitab kuning merupakan bagian integral dari proses konseling. Aktivitas tersebut berfungsi sebagai media regulasi emosi, peningkatan kesadaran diri, serta pembentukan kontrol diri. Dari perspektif psikologi Islam, penguatan hubungan dengan Allah SWT mampu meningkatkan resiliensi, mengurangi kecemasan, serta membentuk kesehatan mental yang lebih baik.

Salah satu contoh implementasi BKI dapat dilihat pada penelitian di Pesantren Yatim dan Dhufaa Al-Kasyaf Bandung. Penelitian Nisa et al., (2025) mengatakan bahwa layanan konseling berbasis tarekat diterapkan melalui kegiatan dzikir berjamaah, muhasabah, pembinaan akhlak, pendampingan intensif oleh pembimbing, serta konsultasi personal bagi santri yang mengalami masalah psikologis maupun sosial. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan ketenangan batin, kedisiplinan, tanggung jawab, kepedulian sosial, dan motivasi belajar santri setelah mengikuti program tersebut. Pendekatan sufistik yang mengintegrasikan terapi spiritual dan konseling psikologis menjadi salah satu inovasi layanan BKI yang relevan untuk menjawab tantangan kesehatan mental santri pada era modern.

Studi kasus lain pada beberapa pesantren modern di Kota Medan, hal ini sejalan dengan hasil penelitian Zahrah et al., (2025) mengatakan bahwa layanan konseling Islam berkontribusi

terhadap peningkatan kemampuan penyesuaian diri santri baru. Program orientasi, mentoring, konseling individual, pembinaan ibadah, serta dukungan sosial dari musyrif mampu menurunkan kesulitan adaptasi, meningkatkan rasa memiliki terhadap lingkungan pesantren, dan memperkuat kemampuan menghadapi tekanan kehidupan asrama. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa keberhasilan layanan BKI tidak hanya ditentukan oleh kompetensi konselor, tetapi juga oleh budaya pesantren yang mendukung terbentuknya lingkungan religius dan penuh kepedulian.

Berdasarkan hasil pembahasan tersebut dapat dipahami bahwa bentuk-bentuk BKI di pesantren telah berkembang menjadi sistem pembinaan yang komprehensif. Layanan tidak lagi berorientasi pada penyelesaian masalah semata, tetapi diarahkan pada pengembangan potensi santri secara utuh. Integrasi antara konseling psikologis, pembinaan spiritual, keteladanan, pembiasaan ibadah, dan dukungan sosial menjadi faktor utama yang membedakan implementasi BKI di pesantren dengan lembaga pendidikan lainnya. Model layanan seperti ini dinilai relevan dalam membantu santri menghadapi berbagai persoalan kontemporer, termasuk homesickness.

Model Bimbingan Dan Konseling Islam Berbasis Pendekatan Psiko-Ekologis

Model Bimbingan dan Konseling Islam (BK) berbasis pendekatan psiko-ekologis merupakan pengembangan layanan konseling yang mengintegrasikan nilai-nilai Islam dengan teori ekologi perkembangan manusia. Pendekatan ini memandang bahwa kondisi psikologis individu tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal, tetapi juga oleh interaksi yang terjadi antara individu dengan lingkungan sekitarnya, seperti keluarga, teman sebaya, guru, budaya pesantren, serta masyarakat. Lingkungan memiliki peran yang sangat besar dalam membentuk perilaku, kesehatan mental, kemampuan adaptasi, dan perkembangan spiritual santri. Oleh karena itu, intervensi konseling tidak cukup berfokus pada individu, tetapi juga perlu memperhatikan sistem sosial yang memengaruhi kehidupan santri (Bronfenbrenner, 1979; Santrock, 2019).

Paradigma BK dibangun atas tiga dimensi utama: spiritual, psikologis, dan sosial. Dimensi spiritual berfungsi sebagai fondasi melalui konsep ruh, qalb, dan nafs, serta ibadah, aqidah, dan akhlak sebagai mekanisme intervensi konseling. Dimensi psikologis mengintegrasikan psikologi modern secara kritis dalam epistemologi Islam dengan tauhid sebagai metateori. Dimensi sosial menegaskan peran dukungan komunitas Islami sebagai bagian aktif dari proses penyembuhan dan pengembangan diri (Lazuardi et al., 2025).

Dalam perspektif Bimbingan dan Konseling Islam, lingkungan yang kondusif dipandang sebagai sarana pembentukan kepribadian Islami. Al-Qur'an menegaskan pentingnya memilih lingkungan yang baik sebagaimana firman Allah Swt. dalam QS. At-Taubah ayat 119:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ

Artinya: "Wahai orang-orang yang beriman! Bertakwalah kepada Allah dan bersamalah kamu dengan orang-orang yang benar (jujur)". Ayat ini memberikan landasan bahwa lingkungan sosial yang positif akan memengaruhi perkembangan akhlak, pola pikir, serta kesehatan mental individu. Oleh sebab itu, model BK berbasis psiko-ekologis mengintegrasikan pembinaan spiritual dengan penguatan hubungan sosial sehingga proses konseling berlangsung secara holistik.

Implementasi model ini di pesantren dilakukan melalui beberapa tahapan. Tahap pertama adalah asesmen ekologi, yaitu mengidentifikasi kondisi psikologis santri beserta

faktor-faktor lingkungan yang menjadi sumber masalah maupun sumber dukungan. Asesmen tidak hanya menggali kondisi emosional santri, tetapi juga hubungan dengan keluarga, teman sebaya, pembimbing asrama, guru, serta aktivitas kesehariannya di pesantren. Tahap kedua berupa penyusunan intervensi yang melibatkan berbagai unsur lingkungan. Konselor, musyrif, wali asrama, ustaz, bahkan orang tua dilibatkan dalam membantu santri menyelesaikan masalah yang dihadapi. Pendekatan kolaboratif ini menjadikan konseling tidak berhenti pada sesi tatap muka, tetapi berlanjut melalui pendampingan dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan seperti mentoring, halaqah, pembiasaan ibadah berjamaah, konsultasi individu, peer counseling, serta komunikasi rutin dengan orang tua menjadi bagian dari strategi intervensi.

Tahap ketiga adalah penguatan spiritual sebagai inti layanan BKI. Penguatan dilakukan melalui pembiasaan membaca Al-Qur'an, dzikir, muhasabah, doa, salat berjamaah, dan kajian keislaman yang diarahkan untuk meningkatkan ketenangan hati serta memperkuat makna hidup santri. Pendekatan psikospiritual ini berfungsi sebagai mekanisme coping religius yang membantu santri menghadapi tekanan psikologis secara lebih adaptif. Tahap terakhir berupa evaluasi perkembangan santri yang dilakukan secara berkala melalui observasi perilaku, wawancara, refleksi diri, serta laporan dari musyrif dan guru. Evaluasi tidak hanya menilai berkurangnya masalah psikologis, tetapi juga peningkatan kualitas hubungan sosial, kedisiplinan, kemampuan akademik, dan kematangan spiritual (Handayani, 2024).

Uraian diatas sejalan dengan hasil penelitian Nurin Baroroh & Al-Musafiri, (2023) bahwa penerapan konseling ekologi berdasarkan teori Bronfenbrenner berkontribusi terhadap peningkatan keterampilan sosial santri melalui perhatian pada hubungan antara perkembangan individu dan lingkungan di sekitarnya. Pendekatan ini memandang bahwa kemampuan sosial tidak hanya dipengaruhi oleh karakteristik individu, tetapi juga oleh kualitas interaksi dengan keluarga, teman sebaya, institusi pendidikan, dan lingkungan sosial lainnya. Oleh karena itu, konseling ekologi menekankan pentingnya mengidentifikasi serta mengevaluasi faktor-faktor lingkungan yang dapat menghambat maupun mendukung perkembangan keterampilan sosial, sehingga intervensi yang diberikan mampu menciptakan lingkungan yang lebih kondusif bagi perkembangan santri.

Berdasarkan hasil tersebut dapat dipahami bahwa model BKI berbasis pendekatan psiko-ekologis merupakan model layanan yang komprehensif karena mengintegrasikan dimensi psikologis, sosial, spiritual, dan lingkungan secara bersamaan. Pendekatan ini tidak memandang santri sebagai individu yang terpisah dari lingkungannya, melainkan sebagai bagian dari sistem yang saling memengaruhi. Oleh sebab itu, efektivitas layanan sangat bergantung pada sinergi antara konselor, guru, musyrif, keluarga, teman sebaya, serta budaya pesantren dalam menciptakan lingkungan yang sehat dan religius. Model ini dinilai relevan untuk diterapkan dalam menangani berbagai permasalahan santri, khususnya homesickness, stres akademik, penyesuaian diri, dan pembentukan karakter Islami.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan, dapat disimpulkan bahwa homesickness pada santri dipengaruhi oleh interaksi antara faktor psikologis dan lingkungan, seperti kesepian, kerinduan terhadap keluarga, kesulitan beradaptasi, serta rendahnya dukungan sosial di lingkungan pesantren. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penanganan homesickness memerlukan pendekatan yang tidak hanya berfokus pada individu, tetapi juga memperhatikan lingkungan yang memengaruhi perkembangan santri. Implementasi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)

di pesantren telah memberikan kontribusi positif melalui layanan bimbingan individual, bimbingan kelompok, konseling, pembinaan spiritual, keteladanan, dan pembiasaan ibadah yang terbukti membantu meningkatkan penyesuaian diri, kesehatan mental, serta pembentukan karakter Islami santri. Selanjutnya, model Bimbingan dan Konseling Islam berbasis pendekatan psiko-ekologis menjadi alternatif yang lebih komprehensif karena mengintegrasikan dimensi psikologis, spiritual, sosial, dan lingkungan dalam proses konseling. Sinergi antara konselor, musyrif, guru, keluarga, teman sebaya, dan budaya pesantren menjadi faktor utama dalam menciptakan lingkungan yang religius, suportif, dan kondusif sehingga mampu mengurangi homesickness serta memperkuat resiliensi, kemampuan adaptasi, dan perkembangan kepribadian santri.

REFERENSI

- Barwin, A., Zainuddin, K., & Irdianti, I. (2024). Pengaruh Sense of Belonging terhadap Homesickness pada Mahasiswa Rantau di Kota Makassar. *Journal of Correctional*, 7(2), 247-255. <https://journal.poltekip.ac.id/jci/article/view/447>
- Cahyaningrum, F., Zuhro'Fitria, A. Q., & Maharani, N. P. (2025). Fenomena Homesickness pada Santriwati Baru di Pesantren: Faktor, Gejala, dan Strategi Adaptasi. *Jurnal Multidisiplin Ilmu Nasional*, 2(2), 141-146. <https://ejurnal.faaslibsmedia.com/index.php/complex>
- Fajar Gunawan¹, Lastri², D. N. A. (2025). Peran Konselor Islam Dalam Menangani Kecemasan Sosial Pada Remaja (Studi Kasus Pada Mahasiswa Prodi Bki Insud Lamongan). *Jurnal Dinamika Sosial Dan Sains*, 2(1), 408-411.
- Ghifara, N., & Irta, A. Z. (2026). Pengaruh Peer Social Support Terhadap Homesickness Pada Mahasiswa Baru Perantau Di Universitas Negeri Padang. *Jurnal Riset Psikologi UNP*, 9(1), 34-45. <https://doi.org/10.24036/jrp.v9.i1.8>
- Handayani, N. (2024). Efektivitas Layanan Konseling Ekologis Dalam Mengatasi Juvenile Delinque (Kenakalan Remaja) Pada Siswa Kelas Vii Smp Negeri Simpang Kosgoro. *Jurnal Muhafadzah: Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling Islam*, 5(1), 53.
- Hartono, H., & Sugianto, S. (2024). PESANTREN DAN WARISAN PERJUANGAN Histori Perjuangan Ustad Suharto Noer dan Berdirinya Pondok Pesantren Darussalam Saobie. In *PT Literasi Nusantara Abadi Grup*. <https://repository-penerbitlitnus.co.id/id/eprint/422/>
- Hilabi, A., & Sriyanti, L. (2026). Tinjauan Pemikiran Fiqh Tarbawi Dan Ekologi Bronfenbrenner Terhadap Pengasuhan Islami Dalam Pembentukan Karakter Santri Pesantren Al-Irsyad Tenganan. *Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran*, 21(1), 2374-2380. <https://jurnal-stainurulfalahairmolek.ac.id/index.php/ojs/article/view/349>
- Kumaidin, A., Hadi, S., & Ahmad, N. M. (2026). Implementasi Bimbingan Konseling Islami Dalam Pembinaan Akhlak Santri Di Pondok Pesantren. *Jurnal Magister Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 14(1), 142-153. <https://jurnal.pbs.fkip.unila.ac.id/index.php/simbol/index> P-ISSN:
- Lazuardi, K., Mursalim, M., & Masrohatin, S. (2025). Paradigma Holistik Bimbingan Konseling Islam : Integrasi Dimensi Spiritual , Psikologis , dan Sosial dalam Kerangka Tauhid. *Jurnal Ilmu-Ilmu Kependidikan*, 16(2), 163-177. <https://ejournal.iainlhokseumawe.ac.id/index.php/itqan>

- Miftahul Jannah¹, N. (2025). Menemukan Ketenangan Di Tengah Badai Kecemasan: Pendekatan Konseling Islam. *Counseling For All: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 32-43.
- Nisa, R., Kusnawan, A., & Sylviana, Z. (2025). Bimbingan Konseling Berbasis Tarekat Untuk Membina Mental Santri. *Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam*, 13(3), 277-298. <https://jurnal.fdk.uinsgd.ac.id/index.php/irsyad>
- Nurfitriah, S. (2025). Kesehatan Mental Santri dalam Lingkungan Pendidikan Berasrama: Tinjauan Literatur. *Journal of Linguistics and Social Studies*, 2(2), 169-177. <https://pub.nuris.ac.id/jls/article/view/220>
- Nurin Baroroh, & Al-Musafiri, M. R. (2023). Pengaruh Konseling Ekologi Bronfenbrenner Dalam Peningkatan Keterampilan Sosial Mahasiswa Iai Darussalam Blokagung. *Jkaka: Jurnal Komunikasi Dan Konseling Islam*, 1(2), 2. <https://doi.org/https://doi.org/10.30739/jkaka.v3i1.3324>
- Putri, H. W., Priyatmono, A. F., & Setiawan, W. (2023). Analisis Hubungan Antara Perasaan Homesickness Pada Mahasiswa Rantau Terhadap Keberadaan Fasilitas Indeks. *Seminar Ilmiah Arsitektur* |, 964-973. <https://proceedings.ums.ac.id/siar/article/view/3086>
- Qomariah, N., Mukminin, E. Z., & Firyal, W. (2026). Strategi Bimbingan Sosial Pengurus Pondok Dalam Mengatasi Homesickness Santriwati Di Pondok Putri Az-Zahra Kediri Lombok Barat. *Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 2(1), 26-35. <https://ejournal.stidmustafaibrahim.ac.id/index.php/al-ihsan/index>
- Rahma, S. A., & Lisnawati, L. (2025). Pelatihan Remaja Tangguh Untuk Menurunkan Homesickness Santri Di Pondok Pesantren. *Jurnal Psikologi Integratif*, 13(1), 34-54. <https://ejournal.uin-suka.ac.id/isoshum/PI/article/view/3326>
- Salmi, N. F., & Yasmin, M. (2023). Attachment dan homesickness siswa baru di lingkungan Pondok Pesantren. *Jurnal Psikologi*, 3(1), 1-8. <https://journal.ibrahimy.ac.id/index.php/psycimedia/article/view/3720>
- Sawitri, I. M., & Kusnadi, K. (2025). Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif dalam Mengatasi Homesickness. *Journal of Society Counseling*, 3(2), 116-122. <https://journal.scidacplus.com/index.php/josc/article/view/665>
- Setiyawati, K., Junita, N., & Musni, R. (2026). Gambaran Strategi Coping pada Mahasiswa Perantauan yang Mengalami Homesickness di Universitas Malikussaleh. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1), 182-192. <https://ojs.unimal.ac.id/ijpp/article/view/23862>
- Sukadana, G. N. (2025). Spiritualitas Sebagai Resiliensi Dalam Krisis Pribadi Dan Sosial. *Proceeding National Conference of Christian Education and Theology Theme:*, 3(2), 76-89. <https://journal.sttsimpson.ac.id/index.php/NCCET/article/view/1112>
- Sumayya, S. A., Abdullah, M. N. A., & Mujayapura, M. R. R. (2025). Analisis Homesickness Pada Mahasiswa Baru: Pengaruh Gender, Jarak Tempat Tinggal, Daan Dukungan Sosial Di Kota Bandung. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 8(2), 5917-5922. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp/article/view/44112>
- Thurber, C. A., & Walton, E. (2007). Preventing and treating homesickness. *American Academy of Pediatrics Council on School Health*, 119(1), 192-201. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17200288/>

- Wijaya, F. (2020). Bimbingan Konsling Islami Perspektif Bibliotherapy Dalam Mengatasi Gangguan Kecemasan Siswa Di Ma Nw Apitaik. *Jurnal At-Tadbir STAI Darul Kamal NW Kembang Kerang*, 4(1), 32–47.
- Yuwanto, L. (2026). Retoycle: Inovasi Pengelolaan Mainan Bekas Melalui Pendekatan Psikologi Ekologis Dan Pemberdayaan Komunitas. *SENADA (Seminar Nasional Manajemen, Desain Dan Aplikasi Bisnis Teknologi)*, 9, 28–35.
<https://eprosiding.idbbali.ac.id/index.php/senada/article/view/1040>
- Zahrah, R., Lubis, L., & Sitorus, M. (2025). Islamic Guidance and Counseling Practices for Strengthening Student Adjustment : A Multisite Study in Urban Modern Pesantren of Medan. *JURNAL PENDIDIKAN ISLAM*, 14(2), 209–224.
<https://jurnal.pbs.fkip.unila.ac.id/index.php/simbol/index> P-ISSN:
- Zahwa, F. K., & Hanif, M. (2024). Peran Lingkungan Sosial Dalam Pembentukan Moralitas Remaja: Perspektif Psikologi Perkembangan Melalui Pendekatan Kualitatif. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 2(3), 103–109.
<https://jurnalcendekia.id/index.php/jipp/article/view/318>