

Hubungan *Self Compassion* dengan *Homesickness* pada Remaja (Santri) Tahun Pertama di IMMIM Makassar

Nurul Aswati¹, Rohmah Rifani²

^{1,2} Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

Article Info

Article history:

Received September 29, 2024

Revised Oktober 30, 2024

Accepted Oktober 4, 2024

Kata Kunci:

Homesickness,
Self compassion,
Santri

Keywords:

Homesickness,
Self compassion,
Santri

ABSTRAK

Keadaan yang terjadi kepada individu ketika mengalami perpindahan dari lingkungan lama ke lingkungan baru yang ditandai dengan perasaan gelisah dan pemikiran terus menerus tentang rumah disebut *homesickness*. *Homesickness* disebabkan oleh banyak faktor salah satunya adalah *self compassion*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self compassion* dengan *homesickness* terhadap remaja atau santri tahun pertama di IMMIM Makassar. Responden penelitian ini berjumlah 100 santri tahun pertama dengan rentang usia 12-13 tahun yang sedang menjalani pendidikan di pondok pesantren IMMIM Makassar. Teknik pengumpulan responden dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan korelasi dari *pearson product moment*. Hasil penelitian menunjukkan korelasi $r = 0,775$ dengan $p = 0,000$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self compassion* dengan *homesickness* pada remaja atau santri tahun pertama di IMMIM Makassar. Implikasi dari penelitian ini adalah sebagai salah satu sumber referensi yang dapat memberikan kontribusi kepada orang lain mengenai *self compassion* dan *homesickness*.

ABSTRACT

Condition that occurs in individuals when they move from an old environment to a new environment which is characterized by feelings of restlessness and constant thoughts about home. *Homesickness* is caused by certain factors. The aim of this research is to determine the relationship between *self-compassion* and *homesickness* in teenagers or first-year students at IMMIM Makassar. The respondents for this research were 100 first year students aged 12-13 years who were currently studying at the IMMIM Makassar Islamic boarding school. The technique for collecting respondents in this research used *purposive sampling*. Hypothesis testing in this study uses the *Pearson product moment correlation*. The results of the research show a correlation of $r = 0.775$ with $p = 0.000$, which shows that there is a significant relationship between *self-compassion* and *homesickness* in teenagers or first year students at IMMIM Makassar. The implication of this research is that it is a reference source that can contribute to other people regarding *self-compassion* and *homesickness*.

This is an open access article under the [CC BY](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) license.



Corresponding Author:

Nurul Aswati
Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar,
Makassar, Indonesia
Email: nurulaswati372@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Remaja yang menempuh pendidikan di pesantren berasal dari berbagai wilayah dengan latar belakang dengan kepribadian yang berbeda-beda, serta diwajibkan untuk tinggal dalam satu tempat yang sama. Hal tersebut, sesuai dengan pendapat Pritaningrum & Wiwin [1] yang mengungkapkan bahwa sejumlah peraturan yang ditetapkan kepada para siswa, diantaranya yaitu pesantren bersifat wajib, sehingga santri harus berusaha menyesuaikan diri dengan budaya, aktivitas, dan lingkungan masyarakat. Proses ini melibatkan adaptasi komunikasi dan manajemen stress, adaptasi dengan perubahan dan pencampuran budaya fisik maupun psikologis [2]. Berpindah kelingkungan baru mampu menimbulkan persepsi yang berbeda bagi para remaja seperti pada peran suasana, kebiasaan hingga peran kelekatan serta interaksi sosial dimana hilang hingga muncul *homesickness* [2].

Jika berdasarkan dalam tahap perkembangan, remaja yang menuntut ilmu di pesantren ada di kisaran umur 12-14 tahun dimana bisa diklasifikasikan pada fase *early adolescent*. Remaja pada tahap ini ingin hidup mandiri, tetapi mereka juga membutuhkan stabilitas emosional yang berasal dari ketergantungan emosional pada keluarga atau orang dewasa lainnya [3]. Borg dan Cefai (2014) memaparkan jika perubahan hidup yang berdampak signifikan bagi remaja adalah perpindahan anak dari orang tuanya. Hal ini disebabkan karena dibandingkan saat tinggal bersama, komunikasi antaranak dan keluarga cenderung berkurang saat tinggal di asrama. Beberapa dari masalah ini mencegah remaja untuk sepenuhnya berpisah dari ikatan keluarga mereka, yang membuat mereka merasa rindu rumah setelah meninggalkan rumah (Yasmin dkk., 2017).

Merujuk di banyak hasil penelitian memperlihatkan jika *homesickness* dirasakan banyak kalangan umur dimana diantaranya terjadi pada remaja dimana merasakan transisi serta perpindahan sekolah misal siswa menetap di *boarding school* ataupun asrama [4]. Jika remaja tinggal di asrama mempunyai berpengaruh besar merasakan *homesickness* akan prevalensi dari 16% sampai dengan 91%. Berdasarkan penelitian dijalankan Yasmin dkk (2017) jika fenomena *homesickness* bisa jadi dilingkungan pondok pesantren. Penelitian dijalankan oleh santri melalui banyak wilayah dengan 226 subjek penelitian. Melalui hasil penelitian maka bisa disimpulkan jika mayoritas santri berpersentase 80% mengalami *homesickness* pada tahun pertamanya berada di pondok pesantren.

Berdasarkan hasil pengambilan data awal melalui kuisioner, dari 55 responden yang terbagi dalam 35 responden berjenis kelamin perempuan dan 20 responden berjenis kelamin laki-laki terdapat 53 responden yang pernah merasakan *homesickness* sedangkan 2 responden lainnya mengaku tidak pernah merasakan *homesickness* selama berada di pondok pesantren. Mwangi dan Mbogo (2018) melakukan penelitian dan menemukan fakta ternyata *homesickness* memiliki pengaruh pada keadaan akademik dan sosial para remaja yang menuntut ilmu disekolah berasrama. Penelitian diselenggarakan yasmin dan Daulay (2017) ditemukan jika terdapat 81% remaja yang menetap diasrama akan mengalami rasa *homesickness* dalam kategori sedang sehingga hal ini memiliki pengaruh pada kestabilan akademik [5].

Stroebe et al *homesickness* merupakan emosi negatif yang ditimbulkan karena figure terdekat dan rumah yang terpisah diidentifikasi dengan perasaan rindu dan pikiran yang tertuju pada sosok rumah kemudian diikuti dengan kesulitan beradaptasi di lingkungan baru (Stroebe et al., 2016). Individu akan dapat meminimalisir emosi negatif yang timbul melalui penerimaan diri secara apa adanya atau yang dikenal dengan istilah *self compassion* [6]. *Self compassion* diartikan menjadi upaya pengendalian emosi di mana peristiwa yang tidak menyenangkan atau menantang tidak dapat dihindari tetapi ditangani dengan kebaikan dan pengertian, memungkinkan transformasi emosi negatif jadi emosi positif [7].

Muhajirin [8] dalam penelitiannya kepada 100 responden. Menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara welas asih diri (*self compassion*) dengan alienasi (perasaan terasing) pada perempuan bercadar. Artinya, semakin tinggi *self compassion* maka semakin rendah alienasi (perasaan terasing) pada perempuan bercadar. Penelitian yang dilakukan oleh Nasution [9] kepada mahasiswa dengan 352 responden di UIN Ar-Raniry yang merantau. Hasil penelitiannya ialah bahwa *self compassion* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan *loneliness* yang merupakan salah satu emosi negatif.

Berdasarkan penelitian sebelumnya oleh Firdaus [7] di wilayah Agam Sumbar, dengan jumlah peserta didik baru sebanyak 132 orang dari 3 pesantren. menunjukkan bahwa pada siswa yang bersekolah di pesantren, ada hubungan negatif yang kuat antara *self-compassion* dan *homesickness*. Dengan kata lain, persepsi kerinduan akan berkurang seiring meningkatnya rasa *self compassion*. Sementara itu, persepsi rindu rumah meningkat seiring berkurangnya *self compassion*. Adapun urgensi dalam penelitian ini yaitu *self compassion* memiliki hubungan dengan *homesickness* pada santri tahun pertama di pesantren

2. METODE

Responden dalam penelitian ini adalah 100 santri tahun pertama (12-14 tahun) yang tinggal di asrama Pondok Pesantren IMMIM yang diperoleh melalui teknik *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan modifikasi skala *Self Compassion* Susanti [9] didasarkan teori dari Neff [10] yang dibagi menjadi tiga aspek yaitu *self kindness vs self judgement, sense of common humanity vs isolation, mindfulness vs overidentification*. Skala *Homesickness* yang disusun oleh Fariz Aqil Zu'am [11] berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Archer dkk [12] yang terdiri dari 2 aspek yaitu kesulitan beradaptasi dan keterikatan dengan rumah.

Skala penelitian ini menggunakan skala *likert*. Validasi skala dianalisis menggunakan validitas isi dan konstruk. Validitas isi dilakukan dengan menggunakan analisis Daya diskriminasi Item menurut penilaian validator ahli berjumlah tiga orang. Skala *Self compassion* berjumlah 25 aitem memiliki nilai koefisien korelasi 0,256-0,507. Dan skala *Homesickness* berjumlah 40 aitem dengan nilai korelasi 0,271-0,591. Validitas konstruk menggunakan *Confirmatory Factorial Analysis* atau uji CFA. Nilai CFA skala *Self compassion* adalah 0,577-0,614 sedangkan nilai CFA skala *Homesickness* adalah 0,467-0,560. Reliabilitas menggunakan bantuan aplikasi JASP. Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif, uji normalitas, uji linearitas, uji hipotesis dan uji beda.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Deskripsi Subjek Penelitian

Responden dari penelitian ini yaitu santri tahun pertama yang tinggal diasrama Pondok Pesantren IMMIM Makassar, Berusia 12-14 tahun. Responden dalam penelitian ini sebanyak 100 responden yang terdiri dari 50% responden perempuan dan 50% responden laki-laki.

3.1.1 Deskripsi Data Penelitian

Self Compassion

Tabel 1. *Kategorisasi skor self compassion*

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 14	1	1%
Sedang	14 - 22	6	6%
Tinggi	22 <	93	93%
Total		100	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi skor variabel *self compassion*, maka diperoleh bahwa responden dalam penelitian ini lebih mendominasi pada kategori tinggi dengan persentase 93%, untuk kategori sedang berada pada rentang 6%, dan untuk kategori rendah berada pada persentase 1%.

3.1.2 Homesickness

3.1.2.1 Deskripsi Subjek Penelitian

Responden dari penelitian ini yaitu santri tahun pertama yang tinggal diasrama Pondok Pesantren IMMIM Makassar, Berusia 12-14 tahun. Responden dalam penelitian ini sebanyak 100 responden yang terdiri dari 50% responden perempuan dan 50% responden laki-laki.

Deskripsi Data Penelitian

Self Compassion

Tabel 1. *Kategorisasi skor self compassion*

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 14	1	1%
Sedang	14 - 22	6	6%
Tinggi	22 <	93	93%
Total		100	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi skor variabel *self compassion*, maka diperoleh bahwa responden dalam penelitian ini lebih mendominasi pada kategori tinggi dengan persentase 93%, untuk kategori sedang berada pada rentang 6%, dan untuk kategori rendah berada pada persentase 1%.

Homesickness

Tabel 2. *Kategorisasi skor homesickness*

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 23	7	7%
Sedang	23 – 37	14	14%
Tinggi	37 <	79	79%
Total		100	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi skor variabel *homesickness*, maka diperoleh bahwa responden dalam penelitian ini lebih mendominasi pada kategori tinggi dengan persentase 79%, untuk kategori sedang berada pada rentang 14%, untuk kategori rendah berada pada persentase 7%.

Uji Normalitas

Tabel 3. Hasil uji normalitas

Variabel	Statistic	df	Sig
<i>Self compassion</i>	0,978	100	0,096
<i>Homesickness</i>	0,976	100	0,062

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa variabel *homesickness* dengan nilai signifikansi 0,062, sehingga dapat dikatakan berdistribusi normal. Selanjutnya untuk variabel *self compassion* dengan nilai signifikansi 0,96 yang artinya berdistribusi normal. Hal ini sesuai dengan syarat atau ketentuan dapat dikatakan berdistribusi normal jika nilai signifikasinya >0.05.

Uji Linearitas

Tabel 4. Hasil uji linearitas

Variabel	P
<i>Self compassion</i>	0,140
<i>Homesickness</i>	

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa nilai *deviation from linearity* atau nilai *p* yaitu 0,140 dengan ($p > 0,05$). Maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan linear antara variabel *self compassion* dengan variabel *homesickness* pada santri tahun pertama di IMMIM Makassar.

Uji Hipotesis

Tabel 5. Hasil uji hipotesis

Variabel	R	P
----------	---	---

<i>Self compassion</i>	0,775	0,000
<i>Homesickness</i>		

Berdasarkan tabel diatas dan dengan nilai koefisien korelasi 0,775 maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima artinya terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *self compassion* dengan variabel *homesickness*. berdasarkan hasil uji korelasi maka hipotesis diterima.

Uji Beda

Tabel 6. Hasil rata-rata uji beda

Variabel	Jenis kelamin	Mean	Sig	N
<i>Homesickness</i>	Laki-laki	43,23	0,12	50
	Perempuan	57,77		50

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diketahui bahwa jumlah responden pada penelitian ini adalah 100 yang terbagi atas: 50 responden laki-laki dan 50 responden perempuan. Nilai rata-rata atau *mean* untuk responden berjenis kelamin laki-laki ialah 43,23. Sedangkan nilai rata-rata atau *mean* untuk responden berjenis kelamin perempuan adalah 57,77. Dengan demikian ada kecenderungan perbedaan antara responden laki-laki dengan responden perempuan. Dengan nilai signifikan 0,12 maka dapat disimpulkan bahwa ada kecenderungan perbedaan yang antara responden laki-laki dengan responden perempuan pada penelitian ini.

Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara *selfcompassion* dengan *homesickness* pada lingkungan santri tahun pertama di pesantren IMMIM Makassar. Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan *product moment* dari Pearson, maka hasil koefisien korelasi (r) sebesar 0,775 dengannilai signifikansi (p) 0,000. Berdasarkan hal ini, maka terdapat hubungan yang sangat signifikan antara variabel *self compassion* dengan variabel *homesickness*.. penelitian mendukung hasil penelitian oleh Firdaus (2022) yaitu, terdapat hubungan antara *self compassion* dengan *homesickness* pada santri baru.

Kriteria subjek dalam penelitian ini merupakan siswa baru kelas VII yang baru berada di lingkungan pesantren kurang lebih 4 sampai dengan 5 bulan. Polay (2012) menemukan bahwa sebagian besar individu yang merasa *homesickness* ketika berada di lingkungan yang baru. *Homesickness* dimulai sejak awal perpindahan dan berlanjut setelah 3 minggu berada di lingkungan baru. Namun, ada beberapa individu yang baru merasakan *homesickness* setelah 1 tahun berada di lingkungan baru. Namun rata-rata individu yang merasa *homesickness* dalam waktu 3 sampai 6 bulan setelah meninggalkan lingkungan lamanya.

Santri tahun pertama berasal dari dalam daerah lokasi pondok pesantren berdasarkan hasil data demografi terdapat 92% santri tahun pertama yang berasal dari pulau Makassar sedangkan

8% berasal dari luar pulau sulawesi santri bagian pulau jawa 2 %. Santri dari pulau Papua 2%. Sama halnya dengan santri yang berasal dari pulau Maluku 2% dan untuk pulau Sumatra dan Kalimantan masing-masing 1%.

Mozafarinia & Tavafian (2014) berpendapat bahwa mereka yang mengalami *homesickness* tidak mampu menangani kerinduan yang mereka alami sehingga menyebabkan pikiran negatif dan emosi negatif, maka dari itu *self compassion* memiliki tiga aspek dari Neff (2003) yang dapat menurunkan *homesickness* yang dirasakan oleh individu. Pertama, terdapat aspek *self kindness*, santri tahun pertama yang mampu menerima dan menjelaskan tentang dirinya sendiri, serta mampu menunjukkan sikap yang hangat, penuh dukungan dan penuh kelembutan pada diri sendiri akan mengurangi tingkat *homesickness*.

Kedua, terdapat aspek *common humanity* yaitu santri tahun pertama mampu memahami kesusahan, permasalahan, kegagalan dan penderitaan yang dialami sebagai suatu hal atau bagian dari kehidupan manusia dan menganggap hal itu wajar adanya sehingga membuat santri tahun pertama tidak larut dengan hal negatif.

Ketiga, aspek *mindfulness* yaitu santri tahun pertama mampu memandang realita dengan nyata, mau menerima dan mampu mengendalikan untuk tidak menghakimi diri sendiri merupakan kemampuan yang diperlukan oleh santri tahun pertama. Sehingga santri tahun pertama yang menerima situasi sulit yang dihadapi, memiliki rasa empati kepada diri sendiri dan tidak membesar-besarkan rasa *homesickness* yang dirasakan. Mereka yang memiliki *self compassion* yang tinggi mampu untuk bertahan dalam keadaan sulit, serta *homesickness* yang lebih rendah (Terry dkk., 2013).

Selanjutnya, faktor lainnya adalah faktor situasional. Faktor situasional mengenai kondisi kehidupan yang sedang dialami seseorang seperti perpisahan. Perpisahan dalam hal ini ketika masa transisi santri memasuki pondok pesantren yang merupakan lingkungan asing baginya. Berpindah ke lingkungan baru mampu menimbulkan persepsi yang berbeda bagi para remaja seperti pada peran suasana, kebiasaan hingga peran kelekatan serta interaksi sosial dimana hilang hingga muncul *homesickness* (Stroebe dkk., 2016).

Berdasarkan hasil data demografi dalam penelitian ini menunjukkan jumlah responden laki-laki sebanyak 50 santri baru (50%) dan perempuan sebanyak 50 santri baru (50%). Pada kategori usia, subjek pada penelitian ini didominasi oleh santri baru berusia 12 tahun dengan jumlah 88 responden (88%) dan usia 13 tahun dengan jumlah 12 responden (12%). Usia 12-13 tahun merupakan fase remaja awal, atau fase *early adolescent*. Remaja pada tahap ini ingin hidup mandiri, tetapi mereka juga membutuhkan stabilitas emosional yang berasal dari ketergantungan emosional pada keluarga atau orang dewasa lainnya (Hurlock, 1999).

Adapun hasil analisis kategorisasi secara deskriptif pada variabel *self compassion* menunjukkan bahwa santri baru di pondok pesantren IMMIM Makassar berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 93 santri baru (93%), untuk kategori rendah dengan frekuensi 6 (6%) dan kategori rendah dengan 1 (1%). Artinya, dari 100 data responden mayoritas santri baru lebih dari 90% memiliki tingkat *self compassion* pada level tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian Fadhillah dan Duta (2014) menemukan bahwa remaja yang memiliki level *self compassion* yang tinggi akan meningkatkan kompetensi emosi sebagai kemampuan beradaptasi yang dimiliki.

Begitupula untuk variabel *homesickness*, santri baru di IMMIM Makassar dominan mengalami *homesickness*. Pada kategorisasi santri baru mengalami *homesickness* pada taraf tinggi dengan

79 santri baru (79%) lalu diikuti pada kategori sedang dengan 14 santri baru (14%) sedangkan untuk kategori rendah dengan 7 santri baru (7%). Artinya santri tahun pertama di IMMIM Makassar mengalami atau merasakan *homesickness* pada taraf tinggi. Hal tersebut sesuai dengan Penelitian Yasmin dkk (2017) dijalankan oleh santri melalui banyak wilayah dengan 226 subjek penelitian. Melalui hasil penelitian maka bisa disimpulkan jika mayoritas santri berpersentase 80% mengalami *homesickness* pada tahun pertamanya berada di pondok pesantren.

Berdasarkan hasil interval penelitian dari variabel *self compassion* dan *homesickness* terbanyak dikategori tinggi. *Self compassion* berkorelasi dengan *homesickness* pada santri tahun pertama di IMMIM Makassar. Sehingga santri tahun pertama di IMMIM Makassar memiliki kemampuan yang cukup dalam memberikan kebaikan dan kepekaan terhadap diri sendiri, serta memberikan pemahaman kepada diri sendiri bahwa segala penderitaan merupakan bagian dari kehidupan. Sejalan dengan pendapat Neff (2003) yang mengatakan bahwa individu dengan tingkat *self compassion* yang tinggi cenderung mudah merasa nyaman dalam kehidupan sosial dan memahami diri seutuhnya ketika menghadapi situasi sulit.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan peneliti sebelumnya oleh Firdaus (2022). Penelitian terdahulu menggunakan teknik *random sampling* dilakukan pada 3 pesantren di Kabupaten Agam, Sumatra Barat. Sedangkan peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* dan fokus pada satu pesantren yang memiliki 2 lokasi pondok yang berbeda yaitu di Makassar dan di Pangkep.

Selanjutnya peneliti melakukan pembaruan dengan melakukan uji tambahan yakni uji beda yaitu untuk mengetahui perbedaan tingkat *homesickness* pada jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Peneliti menggunakan total 100 responden yang dibagi menjadi 50 responden perempuan dan 50 responden laki-laki. Berdasarkan hasil uji beda dengan nilai signifikansi 0,12, rata rata *homesickness* yang dialami perempuan lebih tinggi yaitu dengan nilai 57,77 dan untuk laki-laki yaitu 43,23. Sehingga dari segi jenis kelamin, perempuan lebih dominan merasakan *homesickness* dibandingkan dengan laki-laki.

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah dari segi responden penelitian. Jumlah responden yang sesuai kriteria di pondok pesantren IMMIM Makassar khusus laki-laki yaitu sebanyak kurang lebih 200 santri baru. Sedangkan untuk jumlah responden sesuai kriteria di pondok pesantren IMMIM Makassar khusus perempuan yaitu hanya 50 santri baru. Sesuai dengan arahan peneliti akan melakukan uji beda, Sehingga hal tersebut lantas peneliti menarik keputusan untuk mengambil 100 responden yang terdiri dari 50 responden santri baru laki-laki dan 50 responden santri baru perempuan.

Penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan baik yang peneliti ketahui maupun yang luput dari pengetahuan peneliti. Sehingga peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambah jumlah subjek dan lokasi atau cakupan penelitian yang luas. Selanjutnya faktor lain yang belum dilibatkan dalam penelitian ini agar dapat diteliti dan dikembangkan menjadi variabel baru dalam topik penelitian yang sama. *Kategorisasi skor homesickness*

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 23	7	7%

Sedang	23 – 37	14	14%
Tinggi	37 <	79	79%
Total		100	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi skor variabel *homesickness*, maka diperoleh bahwa responden dalam penelitian ini lebih mendominasi pada kategori tinggi dengan persentase 79%, untuk kategori sedang berada pada rentang 14%, untuk kategori rendah berada pada persentase 7%.

Uji Normalitas

Tabel 3. Hasil uji normalitas

Variabel	Statistic	df	Sig
<i>Self compassion</i>	0,978	100	0,096
<i>Homesickness</i>	0,976	100	0,062

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa variabel *homesickness* dengan nilai signifikansi 0,062, sehingga dapat dikatakan berdistribusi normal. Selanjutnya untuk variabel *self compassion* dengan nilai signifikansi 0,96 yang artinya berdistribusi normal. Hal ini sesuai dengan syarat atau ketentuan dapat dikatakan berdistribusi normal jika nilai signifikasinya >0.05 .

Uji Linearitas

Tabel 4. Hasil uji linearitas

Variabel	P
<i>Self compassion</i>	0,140
<i>Homesickness</i>	

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa nilai *deviation from linearity* atau nilai *p* yaitu 0,140 dengan ($p > 0,05$). Maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan linear antara variabel *self compassion* dengan variabel *homesickness* pada santri tahun pertama di IMMIM Makassar.

Uji Hipotesis

Tabel 5. Hasil uji hipotesis

Variabel	R	P
<i>Self compassion</i>	0,775	0,000
<i>Homesickness</i>		

Berdasarkan tabel diatas dan dengan nilai koefisien korelasi 0,775 maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima artinya terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *self compassion* dengan variabel *homesickness*. berdasarkan hasil uji korelasi maka hipotesis diterima.

Uji Beda

Tabel 6. Hasil rata-rata uji beda

Variabel	Jenis kelamin	Mean	Sig	N
<i>Homesickness</i>	Laki-laki	43,23	0,12	50
	Perempuan	57,77		50

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diketahui bahwa jumlah responden pada penelitian ini adalah 100 yang terbagi atas: 50 responden laki-laki dan 50 responden perempuan. Nilai rata-rata atau *mean* untuk responden berjenis kelamin laki-laki ialah 43,23. Sedangkan nilai rata-rata atau *mean* untuk responden berjenis kelamin perempuan adalah 57,77. Dengan demikian ada kecenderungan perbedaan antara responden laki-laki dengan responden perempuan. Dengan nilai signifikan 0,12 maka dapat disimpulkan bahwa ada kecenderungan perbedaan yang antara responden laki-laki dengan responden perempuan pada penelitian ini.

Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara *self compassion* dengan *homesickness* pada lingkungan santri tahun pertama di pesantren IMMIM Makassar. Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan *product moment* dari Pearson, maka hasil koefisien korelasi (r) sebesar 0,775 dengannilai signifikansi (p) 0,000. Berdasarkan hal ini, maka terdapat hubungan yang sangat signifikan antara variabel *self compassion* dengan variabel *homesickness*.. penelitian mendukung hasil penelitian oleh Firdaus (2022) yaitu, terdapat hubungan antara *self compassion* dengan *homesickness* pada santri baru.

Kriteria subjek dalam penelitian ini merupakan siswa baru kelas VII yang baru berada di lingkungan pesantren kurang lebih 4 sampai dengan 5 bulan. Polay (2012) menemukan bahwa sebagian besar individu yang merasa *homesickness* ketika berada di lingkungan yang baru. *Homesickness* dimulai sejak awal perpindahan dan berlanjut setelah 3 minggu berada di lingkungan baru. Namun, ada beberapa individu yang baru merasakan *homesickness* setelah

1 tahun berada di lingkungan baru. Namun rata-rata individu yang merasa *homesickness* dalam waktu 3 sampai 6 bulan setelah meninggalkan lingkungan lamanya.

Santri tahun pertama berasal dari dalam daerah lokasi pondok pesantren berdasarkan hasil data demografi terdapat 92% santri tahun pertama yang berasal dari pulau Makassar sedangkan 8% berasal dari luar pulau sulawesi santri bagian pulau jawa 2 %. Santri dari pulau

Papua 2%. Sama halnya dengan santri yang berasal dari pulau Maluku 2% dan untuk pulau Sumatra dan Kalimantan masing-masing 1%.

Mozafarinia & Tavafian (2014) berpendapat bahwa mereka yang mengalami *homesickness* tidak mampu menangani kerinduan yang mereka alami sehingga menyebabkan pikiran negatif dan emosi negatif, maka dari itu *self compassion* memiliki tiga aspek dari Neff (2003) yang dapat menurunkan *homesickness* yang dirasakan oleh individu. Pertama, terdapat aspek *self kindness*, santri tahun pertama yang mampu menerima dan menjelaskan tentang dirinya sendiri, serta mampu menunjukkan sikap yang hangat, penuh dukungan dan penuh kelembutan pada diri sendiri akan mengurangi tingkat *homesickness*.

Kedua, terdapat aspek *common humanity* yaitu santri tahun pertama mampu memanang kesusahan, permasalahan, kegagalan dan penderitaan yang dialami sebagai suatu hal atau bagian dari kehidupan manusia dan menganggap hal itu wajar adanya sehingga membuat santri tahun pertama tidak larut dengan hal negatif.

Ketiga, aspek *mindfulness* yaitu santri tahun pertama mampu memandang realita dengan nyata, mau menerima dan mampu mengendalikan untuk tidak menghakimi diri sendiri merupakan kemampuan yang diperlukan oleh santri tahun pertama. Sehingga santri tahun pertama yang menerima situasi sulit yang dihadapi, memiliki rasa empati kepada diri sendiri dan tidak membesar-besarkan rasa *homesickness* yang dirasakan. Mereka yang memiliki *self compassion* yang tinggi mampu untuk bertahan dalam keadaan sulit, serta *homesickness* yang lebih rendah (Terry dkk., 2013).

Selanjutnya, faktor lainnya adalah faktor situasional. Faktor situasional mengenai kondisi kehidupan yang sedang dialami seseorang seperti perpisahan. Perpisahan dalam hal ini ketika masa transisi santri memasuki pondok pesantren yang merupakan lingkungan asing baginya. Berpindah ke lingkungan baru mampu menimbulkan persepsi yang berbeda bagi para remaja seperti pada peran suasana, kebiasaan hingga peran kelekatan serta interaksi sosial dimana hilang hingga muncul *homesickness* (Stroebe dkk., 2016).

Berdasarkan hasil data demografi dalam penelitian ini menunjukkan jumlah responden laki-laki sebanyak 50 santri baru (50%) dan perempuan sebanyak 50 santri baru (50%). Pada kategori usia, subjek pada penelitian ini didominasi oleh santri baru berusia 12 tahun dengan jumlah 88 responden (88%) dan usia 13 tahun dengan jumlah 12 responden (12%). Usia 12-13 tahun merupakan fase remaja awal, atau fase *early adolescent*. Remaja pada tahap ini ingin hidup mandiri, tetapi mereka juga membutuhkan stabilitas emosional yang berasal dari ketergantungan emosional pada keluarga atau orang dewasa lainnya (Hurlock, 1999).

Adapun hasil analisis kategorisasi secara deskriptif pada variabel *self compassion* menunjukkan bahwa santri baru di pondok pesantren IMMIM Makassar berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 93 santri baru (93%), untuk kategori rendah dengan frekuensi 6 (6%) dan kategori rendah dengan 1 (1%). Artinya, dari 100 data responden mayoritas santri baru lebih dari 90% memiliki tingkat *self compassion* pada level tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian Fadhillah dan Duta (2014) menemukan bahwa remaja yang memiliki level *self compassion* yang tinggi akan meningkatkan kompetensi emosi sebagai kemampuan beradaptasi yang dimiliki.

Begitupula untuk variabel *homesickness*, santri baru di IMMIM Makassar dominan mengalami *homesickness*. Pada kategorisasi santri baru mengalami *homesickness* pada taraf tinggi dengan 79 santri baru (79%) lalu diikuti pada kategori sedang dengan 14 santri baru

(14%) sedangkan untuk kategori rendah dengan 7 santri baru (7%). Artinya santri tahun pertama di IMMIM Makassar mengalami atau merasakan *homesickness* pada taraf tinggi. Hal tersebut sesuai dengan Penelitian Yasmin dkk (2017) dijalankan oleh santri melalui banyak wilayah dengan 226 subjek penelitian. Melalui hasil penelitian maka bisa disimpulkan jika mayoritas santri berpersentase 80% mengalami *homesickness* pada tahun pertamanya berada di pondok pesantren.

Berdasarkan hasil interval penelitian dari variabel *self compassion* dan *homesickness* terbanyak dikategori tinggi. *Self compassion* berkorelasi dengan *homesickness* pada santri tahun pertama di IMMIM Makassar. Sehingga santri tahun pertama di IMMIM Makassar memiliki kemampuan yang cukup dalam memberikan kebaikan dan kepekaan terhadap diri sendiri, serta memberikan pemahaman kepada diri sendiri bahwa segala penderitaan merupakan bagian dari kehidupan. Sejalan dengan pendapat Neff (2003) yang mengatakan bahwa individu dengan tingkat *self compassion* yang tinggi cenderung mudah merasa nyaman dalam kehidupan sosial dan memahami diri seutuhnya ketika menghadapi situasi sulit.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan peneliti sebelumnya oleh Firdaus (2022). Penelitian terdahulu menggunakan teknik *random sampling* dilakukan pada 3 pesantren di Kabupaten Agam, Sumatra Barat. Sedangkan peneliti menggunakan teknik *purposive samping* dan fokus pada satu pesantren yang memiliki 2 lokasi pondok yang berbeda yaitu di Makassar dan di Pangkep.

Selanjutnya peneliti melakukan pembaruan dengan melakukan uji tambahan yakni uji beda yaitu untuk mengetahui perbedaan tingkat *homesickness* pada jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Peneliti menggunakan total 100 responden yang dibagi menjadi 50 responden perempuan dan 50 responden laki-laki. Berdasarkan hasil uji beda dengan nilai signifikansi 0,12, rata rata *homesickness* yang dialami perempuan lebih tinggi yaitu dengan nilai 57,77 dan untuk laki-laki yaitu 43,23. Sehingga dari segi jenis kelamin, perempuan lebih dominan merasakan *homesickness* dibandingkan dengan laki-laki.

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah dari segi responden penelitian. Jumlah responden yang sesuai kriteria di pondok pesantren IMMIM Makassar khusus laki-laki yaitu sebanyak kurang lebih 200 santri baru. Sedangkan untuk jumlah responden sesuai kriteria di pondok pesantren IMMIM Makassar khusus perempuan yaitu hanya 50 santri baru. Sesuai dengan arahan peneliti akan melakukan uji beda, Sehingga hal tersebut lantas peneliti menarik keputusan untuk mengambil 100 responden yang terdiri dari 50 responden santri baru laki-laki dan 50 responden santri baru perempuan.

Penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan baik yang peneliti ketahui maupun yang luput dari pengetahuan peneliti. Sehingga peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambah jumlah subjek dan lokasi atau cakupan penelitian yang luas. Selanjutnya faktor lain yang belum dilibatkan dalam penelitian ini agar dapat diteliti dan dikembangkan menjadi variabel baru dalam topik penelitian yang sama.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian ini, maka diperoleh nilai korelasi koefisien (r) sebesar 0,775 dengan signifikansi (p) sebanyak 0,000. Maka hal ini membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *self compassion* dengan variabel

homesickness. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Adapun saran terkait penelitian ini adalah diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk lebih mengembangkan topik penelitian dan menambah jumlah penelitian serta memperluas lokasi penelitian. Kemudian diharapkan untuk meneliti variabel lain yang dapat diteliti.

REFERENSI

- [1] Pritaningrum, M., & Wiwin, H. (2016). Penyesuaian diri remaja yang tinggal di pondok pesantren modern nurul izzah gresik pada tahun pertama. *Jurnal Psikologi Kepribadian Dan Sosial*, 2(3), 134–142.
- [2] Utami, L. S. S. (2015). Teori-Teori Adaptasi Antar Budaya. *Jurnal Komunikasi*, 7(2), 180–197.
- [3] Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang ruang kehidupan* ((5th ed)). Erlangga.
- [4] Fisher, S., Frazer, N., & Murray, K. (1986). Homesickness and health in boarding school children. *Journal of Environmental Psychology*, 6(1), 35–47.
[https://doi.org/10.1016/S0272-4944\(86\)80033-0](https://doi.org/10.1016/S0272-4944(86)80033-0)
- [4] Thurber, C. A., & Walton, E. A. (2007). Preventing and Treating Homesickness. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 16(4), 843–858.
<https://doi.org/10.1016/j.chc.2007.05.003>
- [5] Habiburrahman. (2022). Hubungan Antara Gratitude dengan Homesickness pada Santri Baru Pondok Pesantren. 20, 76–88.
- [6] Kawitri, A. Z., Rahmawati, B. D., Listiyandini, R. A., & Rahmatika, R. (2019). Self-Compassion dan Resiliensi pada Remaja Panti Asuhan. *Journal Psikogenesis*, 7(1), 76–83.
<https://doi.org/10.24854/jps.v7i1.879>
- [7] Firdaus, M. (2022). Hubungan Self Compassion Dengan Homesickness Pada Siswa Baru Di Pondok Pesantren 1. 9(4), 1240–1246. <http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/nusantara/index>
- [8] Muhajirin. (2019). Hubungan Antara Welas Asih Diri (Self Compassion) dengan Alienasi Pada perempuan Bercadar di Makassar.
- [9] Nasution, N. B. (2022). Hubungan Self-Compassion dengan Loneliness pada Mahasiswa UIN Ar-Raniry yang Merantau (Vol. 33, Issue 1). Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.
- [9] Susanti, A. (2019). Hubungan antara Self-Compassion dan Loneliness pada Remaja. 8(5), 55.
- [10] Neff, K. (2003). *Self-Compassion : An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself*. February 2002, 85–101.
<https://doi.org/10.1080/15298860390129863>
- [11] Fariz Aqil Zu'am. (2021). Hubungan Internal Locus of control dan Dukungan Sosial dengan Homesickness pada Santri baru di Pondok Pesantren Al Ishlah Mangkang kulon (Issue 1607016044).
- [12] Archer, J., Ireland, J., Amos, S. L., Broad, H., & Currid, L. (1998). Derivation of a homesickness scale. *British Journal of Psychology*, 89(2), 205–221.
<https://doi.org/10.1111/J.2044-8295.1998.TB02681.X>