KAMPUS AKADEMIK PUBLISING
Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik (JMIA)
Vol.3, No.6 Desember 2026
e-ISSN: 3032-7377, p-ISSN : 3032-7385, Hal 242-253
DOI : https://doi.org/10.61722/jmia.v3i6.13525

STRATEGI GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MENGATASI *HOMESICKNESS* SANTRI DI SMP INTEGRAL HIDAYATULLAH PALOPO

Nurul Fadhila[1], Subekti Masri[2], Jumriani[3]
[1-3] Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Palopo
*Penulis Korespondensi: 2201030030@uinpalopo.ac.id, subektimasri@uinpalopo.ac.id, jumriani@uinpalopo.ac.id

Abstract. *This thesis discusses the strategies employed by guidance and counseling teachers in overcoming homesickness among students at SMP Integral Hidayatullah Palopo. This study aims to: 1) Determine the description of homesickness experienced by seventh- to ninth-grade students at SMP Integral Hidayatullah Palopo; and 2) Identify the strategies employed by guidance and counseling teachers in overcoming homesickness among students at SMP Integral Hidayatullah Palopo. This study employed a qualitative method with a case study approach. Data were collected through interviews, observations, and documentation. The results showed that: 1) Homesickness was characterized by longing for home, loneliness, difficulty adapting, sleep and appetite disturbances, withdrawal from the environment, difficulty interacting, a desire to return home, and difficulty concentrating; and 2) The strategies employed by guidance and counseling teachers involved strategy formulation, implementation, and evaluation through individual counseling, group guidance, motivation, and coordination with dormitory supervisors and other relevant parties.*

Keywords: *Guidance and Counseling Teacher Strategy, Homesickness, Students*

Abstrak. Skripsi ini membahas tentang Strategi Guru Bimbingan Konseling dalam Mengatasi *Homesickness* Santri di SMP Integral Hidayatullah Palopo. Penelitian ini bertujuan untuk 1) Mengetahui gambaran *homesickness* yang dialami santri kelas VII-IX di SMP Integral Hidayatullah Palopo 2) Mengetahui strategi guru bimbingan konseling dalam mengatasi *homesickness* santri di SMP Integral Hidayatullah Palopo. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) *Homesickness* ditandai dengan kerinduan terhadap rumah, kesepian, kesulitan beradaptasi, gangguan tidur dan nafsu makan, menarik diri, kesulitan berinteraksi, keinginan pulang, serta kesulitan berkonsentrasi, 2) Strategi guru bimbingan konseling dilakukan melalui perumusan, implementasi, dan evaluasi strategi berupa konseling individu, bimbingan kelompok, pemberian motivasi, serta koordinasi dengan pembina asrama dan pihak terkait.

Kata kunci: Strategi Guru Bimbingan Konseling, *Homesickness*, Santri

1. LATAR BELAKANG

Perpindahan dari lingkungan keluarga menuju lingkungan pesantren merupakan perubahan penting dalam kehidupan santri. Santri yang sebelumnya tinggal bersama orang tua dan terbiasa dengan suasana rumah harus menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, jadwal kegiatan yang teratur, aturan pesantren, serta tuntutan untuk lebih mandiri. Perubahan tersebut dapat menimbulkan ketidaknyamanan, terutama ketika santri belum

Naskah Masuk: 04 November 2026; Revisi: 05 November 2026; Diterima: 06 November 2026; Terbit: 25 November 2026

memiliki hubungan sosial yang dekat dengan teman-temannya dan masih sangat bergantung pada kehadiran keluarga.

Salah satu persoalan yang dapat muncul dalam proses penyesuaian tersebut adalah *homesickness* atau kerinduan terhadap rumah. *Homesickness* tidak hanya berarti ingin pulang, tetapi juga berkaitan dengan perasaan sedih, kesepian, pikiran yang terus tertuju pada rumah, dan kesulitan menjalankan aktivitas di lingkungan baru. Thurber dan Walton menjelaskan *homesickness* sebagai pengalaman *distress* yang berkaitan dengan keterpisahan dari rumah dan kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Gejala ini dapat terlihat secara emosional, sosial, perilaku, fisik, maupun akademik.

Dalam kehidupan pesantren, *homesickness* perlu dipahami dengan memperhatikan keadaan setiap santri. Sebagian santri mungkin hanya merasakan rindu pada waktu tertentu, sedangkan sebagian lainnya mengalami gangguan yang memengaruhi pola tidur, nafsu makan, interaksi dengan teman, atau konsentrasi belajar. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa *homesickness* tidak selalu muncul dengan bentuk dan tingkat yang sama. Dukungan sosial dan kemampuan menyesuaikan diri menjadi hal penting dalam pengalaman santri yang tinggal jauh dari keluarga. Penelitian mengenai *homesickness* pada santri juga mengaitkan penyesuaian sosial dengan pengalaman rindu terhadap rumah, sementara Nafisah dan Amin membahas hubungan penyesuaian diri dengan *homesickness* pada santri baru.

Guru Bimbingan dan Konseling memiliki peran dalam membantu santri memahami perasaan yang dialami dan mengembangkan kemampuan beradaptasi. Penanganan tidak cukup dilakukan dengan meminta santri bertahan atau melarangnya mengungkapkan keinginan pulang. Guru BK perlu terlebih dahulu mengidentifikasi kondisi, memahami penyebab, memilih bentuk layanan, dan mengevaluasi perubahan yang terjadi. Dalam lingkungan berasrama, kerja sama dengan pembina asrama juga diperlukan karena pembina berinteraksi dengan santri dalam rutinitas sehari-hari dan dapat memberikan informasi tentang perubahan perilaku mereka.

Kerangka strategi Fred R. David dan Forest R. David digunakan dalam penelitian ini untuk melihat proses penanganan secara sistematis melalui perumusan strategi, implementasi strategi, dan evaluasi strategi. Perumusan berkaitan dengan identifikasi masalah dan penentuan layanan. Implementasi merupakan pelaksanaan

langkah yang telah direncanakan. Evaluasi digunakan untuk menilai perubahan kondisi santri dan menentukan tindak lanjut yang diperlukan. Kerangka ini membantu menjelaskan bahwa strategi guru BK tidak berhenti pada pemberian layanan, tetapi mencakup proses memahami masalah dan menilai hasilnya.

Penelitian ini dilakukan di SMP Integral Hidayatullah Palopo dengan fokus pada dua persoalan, yaitu gambaran *homesickness* yang dialami santri kelas VII–IX dan strategi guru BK dalam mengatasi *homesickness* tersebut. Penelitian ini diharapkan memberikan gambaran berdasarkan pengalaman santri dan pelaksanaan layanan di lingkungan pesantren, sekaligus menjelaskan bagaimana guru BK bekerja sama dengan pembina asrama dalam membantu santri menjalani proses adaptasi.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pendekatan tersebut dipilih karena penelitian berfokus pada pemahaman mendalam mengenai pengalaman *homesickness* santri dan strategi guru BK dalam konteks tertentu, yaitu SMP Integral Hidayatullah Palopo. Penelitian dilaksanakan pada 18 Agustus sampai 18 September 2026.

Informan penelitian terdiri atas enam santri kelas VII, VIII, dan IX yang mengalami *homesickness*. Guru BK ditempatkan sebagai informan utama dalam penggalian informasi mengenai strategi penanganan, sedangkan pembina asrama menjadi informan pendukung yang mengetahui kondisi santri melalui pengamatan sehari-hari. Pemilihan informan didasarkan pada keterkaitan mereka dengan fokus penelitian dan kemampuan memberikan informasi mengenai pengalaman *homesickness* maupun penanganannya.

Teknik pengumpulan data meliputi wawancara, observasi nonpartisipan, dan dokumentasi. Wawancara digunakan untuk menggali pengalaman santri, langkah yang dilakukan guru BK, serta dukungan pembina asrama. Observasi dilakukan dengan mengamati kondisi dan perilaku santri dalam lingkungan pesantren serta pelaksanaan strategi penanganan. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung yang relevan dengan penelitian. Penggunaan beberapa teknik ini membantu peneliti membandingkan informasi yang diperoleh dari sumber berbeda.

Data dianalisis secara kualitatif dengan mengelompokkan informasi sesuai fokus penelitian, menyajikan temuan secara deskriptif, dan menarik kesimpulan berdasarkan keterkaitan antara data lapangan dan kerangka teori. Gambaran homesick dibahas melalui gejala emosional, sosial, fisik, perilaku, dan akademik yang ditemukan pada santri. Sementara itu, strategi guru BK dianalisis berdasarkan tiga tahapan Fred R. David dan Forest R. David, yaitu perumusan, implementasi, dan evaluasi strategi. Informasi dari pembina asrama digunakan sebagai penguat terhadap gambaran kondisi santri dan pelaksanaan pendampingan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran *Homesickness* yang dialami Santri di SMP Integral Hidayatullah Palopo.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman *homesickness* ditemukan pada santri dengan tingkat dan bentuk yang berbeda. Gejala cenderung lebih menonjol pada santri kelas VII yang masih berada pada masa awal penyesuaian diri dengan kehidupan pesantren. Santri kelas VIII dan IX juga pernah mengalami *homesickness*, tetapi sebagian telah menunjukkan perubahan setelah mempunyai teman dekat, memahami aturan, dan terbiasa menjalani rutinitas pesantren. Perbedaan tersebut memperlihatkan bahwa pengalaman tinggal di pesantren dan proses adaptasi dapat berkaitan dengan perubahan intensitas *homesickness*.

Kerinduan terhadap rumah dan keluarga menjadi gambaran utama *homesickness*. Santri mengingat orang tua, suasana rumah, makanan yang biasa disiapkan keluarga, dan kebiasaan yang dilakukan ketika masih tinggal bersama keluarga. Kerinduan tersebut dapat muncul ketika waktu senggang atau malam hari, terutama saat santri tidak dapat bertemu keluarga secara langsung. Bagi santri yang baru tinggal di pesantren, rumah masih menjadi lingkungan yang paling akrab sehingga perbedaan suasana dan rutinitas dapat memperkuat keinginan untuk kembali ke rumah.

Temuan tersebut sesuai dengan penjelasan Thurber dan Walton bahwa *homesickness* melibatkan kerinduan yang kuat dan pikiran yang terus tertuju pada rumah. Kerinduan menjadi persoalan ketika pikiran tentang rumah mengganggu keterlibatan santri dalam aktivitas yang sedang dijalani. Oleh sebab itu, respons terhadap *homesickness* perlu dilakukan dengan mengakui perasaan rindu sebagai pengalaman yang

dapat terjadi saat berpisah dari keluarga, sekaligus membantu santri membangun keterikatan yang positif dengan lingkungan barunya.

Kesepian juga terlihat pada santri yang belum memiliki hubungan dekat dengan teman-teman di pesantren. Meskipun berada di lingkungan yang ramai, sebagian santri tetap merasa sendiri karena hubungan sosial yang terjalin belum cukup akrab. Kesepian lebih terasa pada masa awal tinggal di asrama dan pada malam hari ketika santri mengingat keluarga. Sebaliknya, santri yang telah mempunyai teman dekat menyampaikan bahwa perasaan kesepian mulai berkurang karena mereka dapat berkumpul, berbicara, dan melakukan kegiatan bersama.

Perubahan tersebut menunjukkan bahwa keberadaan teman saja belum tentu langsung menghilangkan kesepian; kedekatan dan kualitas interaksi juga berperan. Hubungan sosial dapat memberikan ruang bagi santri untuk berbagi pengalaman dan memperoleh dukungan ketika rindu rumah. Temuan ini sejalan dengan pentingnya penyesuaian sosial dalam memahami *homesickness* pada santri sebagaimana dibahas oleh Surya, Murdiana, dan Halima. Karena itu, membantu santri membangun pertemanan menjadi bagian yang relevan dalam penanganan *homesickness*.

Ketidaknyamanan terhadap lingkungan baru dan kesulitan beradaptasi tampak dari perbedaan antara kehidupan di rumah dan kehidupan di pesantren. Santri harus mengikuti jadwal, aturan, dan kegiatan yang lebih terstruktur dibandingkan kebiasaan di rumah. Pada masa awal, perbedaan tersebut dapat menimbulkan rasa asing, takut, sedih, atau tidak nyaman. Ada santri yang merasa kehidupan pesantren lebih berat karena ruang gerak dan kebiasaan sehari-harinya berubah. Seiring waktu, sebagian santri mulai memahami aturan, terbiasa dengan rutinitas, dan dapat menjalani kegiatan dengan lebih baik.

Kesulitan beradaptasi tidak semata-mata menunjukkan penolakan terhadap pesantren, tetapi dapat menggambarkan proses penyesuaian terhadap lingkungan yang belum dikenal. Nafisah dan Amin mengangkat hubungan penyesuaian diri dan homesickness pada santri baru, yang relevan dengan temuan bahwa proses mengenali lingkungan dan membangun kebiasaan baru menjadi bagian penting dalam pengalaman santri. Dukungan perlu diberikan secara bertahap agar santri tidak merasa harus langsung mampu menyesuaikan diri tanpa bantuan.

Gangguan tidur muncul ketika kerinduan terhadap rumah semakin kuat, terutama pada malam hari. Sebagian santri memikirkan rumah, merasa sedih, atau menangis sehingga sulit tidur. Kurangnya istirahat kemudian dapat memengaruhi kesiapan santri mengikuti kegiatan pada hari berikutnya. Pada santri yang telah lebih terbiasa tinggal di pesantren, gangguan tidur dilaporkan tidak sesering masa awal, walaupun pikiran tentang rumah terkadang masih muncul.

Perubahan nafsu makan juga ditemukan, khususnya ketika santri membandingkan makanan di pesantren dengan makanan yang biasa disiapkan di rumah. Sebagian santri mengalami penurunan selera makan pada awal tinggal di pesantren. Ada pula yang hanya mengalami perubahan nafsu makan ketika sedang merindukan orang tua. Setelah terbiasa dengan makanan dan rutinitas pesantren, pola makan sebagian santri cenderung membaik. Temuan ini menunjukkan bahwa pengalaman *homesickness* dapat berkaitan dengan fungsi sehari-hari, termasuk pola tidur dan makan, sehingga pengamatan terhadap kondisi fisik perlu menjadi bagian dari pendampingan.

Gejala sosial lainnya adalah menarik diri dari lingkungan dan kesulitan berinteraksi. Santri yang merasa rindu rumah terkadang memilih diam, menyendiri, menangis, atau menjauh dari teman-temannya. Sebagian merasa malu dan takut salah berbicara ketika hendak berkenalan. Perilaku tersebut dapat membatasi kesempatan untuk membangun pertemanan, padahal hubungan sosial yang positif dapat membantu proses adaptasi. Pada santri yang telah menemukan cara mengatasi rasa rindu, mengikuti kegiatan dan menyibukkan diri dengan aktivitas pesantren menjadi salah satu cara untuk mengurangi pikiran yang terus tertuju pada rumah.

Keinginan untuk pulang juga menjadi salah satu gejala yang terlihat. Pada sebagian santri, keinginan itu hanya berupa harapan untuk segera bertemu keluarga. Pada kondisi yang lebih kuat, keinginan pulang dapat mendorong perilaku menghindari kegiatan atau usaha meninggalkan pesantren. Keinginan tersebut berkaitan dengan rasa rindu, ketidaknyamanan terhadap aturan, dan belum terbiasanya santri menjalani kehidupan berasrama. Oleh karena itu, guru BK perlu menggali makna dan tingkat keinginan pulang, bukan hanya melihatnya sebagai perilaku yang harus dihentikan.

Kesulitan berkonsentrasi terjadi ketika pikiran santri masih tertuju pada rumah atau ketika rasa rindu pada malam hari mengganggu tidur. Kondisi tersebut dapat

membuat santri sulit memusatkan perhatian pada pelajaran dan kegiatan yang sedang diikuti. Temuan ini memperlihatkan bahwa *homesickness* tidak hanya berhubungan dengan perasaan, tetapi dapat memengaruhi pelaksanaan tanggung jawab sehari-hari. Hal tersebut sejalan dengan penjelasan Thurber dan Walton mengenai distress dan gangguan fungsi yang dapat menyertai *homesickness*.

Secara keseluruhan, gambaran *homesickness* dalam penelitian ini meliputi kerinduan terhadap rumah, kesepian, ketidaknyamanan dan kesulitan beradaptasi, gangguan tidur dan nafsu makan, menarik diri, kesulitan berinteraksi, keinginan pulang, serta kesulitan berkonsentrasi. Gejala-gejala tersebut dapat saling berkaitan. Misalnya, pikiran tentang rumah pada malam hari dapat mengganggu tidur, kemudian berdampak pada konsentrasi belajar. Kesulitan berinteraksi juga dapat mempertahankan rasa kesepian karena santri belum membangun hubungan sosial yang mendukung. Dengan demikian, *homesickness* perlu dipahami secara menyeluruh berdasarkan kondisi masing-masing santri.

Strategi Guru Bimbingan Konseling dalam Mengatasi *Homesickness* Santri di SMP Integral Hidayatullah Palopo.

Perumusan Strategi

Tahap perumusan strategi dilakukan sebelum guru BK menentukan layanan yang akan diberikan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru BK mengidentifikasi kondisi santri melalui pengamatan terhadap perubahan perilaku, laporan pembina asrama, komunikasi dengan guru, dan percakapan langsung dengan santri. Tanda yang diperhatikan antara lain kerinduan terhadap orang tua, ketidaknyamanan terhadap lingkungan baru, penurunan nafsu makan, kecenderungan menyendiri, kesulitan berinteraksi, keinginan pulang, dan kesulitan berkonsentrasi.

Informasi dari pembina asrama memperkuat proses identifikasi karena pembina melihat perilaku santri dalam rutinitas sehari-hari. Santri yang mengalami *homesickness* dapat terlihat murung, sering menangis, menyendiri, kurang bersemangat mengikuti kegiatan, sering membicarakan orang tua, atau menyampaikan keinginan pulang. Perbandingan informasi dari guru BK dan pembina asrama membantu memperoleh gambaran yang lebih utuh daripada hanya mengandalkan satu sumber.

Selain mengenali gejala, guru BK menggali penyebab *homesickness*. Penyebab yang ditemukan berkaitan dengan keterpisahan dari keluarga, perubahan rutinitas, perbedaan aturan antara rumah dan pesantren, belum terbiasa dengan kehidupan berasrama, belum memiliki teman dekat, serta kerinduan terhadap suasana rumah. Guru BK juga memperhatikan bahwa tingkat homesick dan kemampuan adaptasi setiap santri berbeda. Karena itu, bentuk penanganan tidak disamaratakan, tetapi disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi santri.

Proses tersebut sejalan dengan tahap perumusan strategi menurut Fred R. David dan Forest R. David, yang menekankan pentingnya memahami situasi dan menentukan langkah yang relevan dengan tujuan. Dalam konteks penelitian ini, perumusan strategi terlihat melalui identifikasi masalah, penggalian penyebab, penentuan kebutuhan, pemilihan layanan, serta pelibatan pihak yang memiliki informasi mengenai keseharian santri. Perumusan yang tepat menjadi dasar agar layanan tidak diberikan secara umum tanpa mempertimbangkan masalah yang dialami santri.

Implementasi Strategi

Tahap implementasi merupakan pelaksanaan strategi yang telah dirumuskan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru BK menggunakan pendekatan personal, konseling individu, bimbingan atau konseling kelompok, pemberian motivasi dan penguatan, upaya membangun hubungan sosial, dorongan untuk mengikuti kegiatan pesantren, serta koordinasi dengan pembina asrama dan pihak terkait. Pelaksanaan dilakukan secara bertahap dan disesuaikan dengan kondisi santri.

Konseling individu digunakan ketika santri membutuhkan ruang yang lebih pribadi untuk menyampaikan kerinduan, kesulitan beradaptasi, dan persoalan yang dirasakan. Melalui pendekatan personal, guru BK dapat mendengarkan pengalaman santri dan memahami kondisi yang mungkin tidak mudah disampaikan di hadapan orang lain. Pendekatan yang tidak menghakimi membantu santri merasa lebih aman untuk mengungkapkan perasaan. Layanan individual juga memberi kesempatan bagi guru BK untuk menyesuaikan dukungan dengan masalah yang dialami santri.

Bimbingan atau konseling kelompok digunakan ketika beberapa santri memiliki kesulitan penyesuaian yang serupa. Kegiatan kelompok dapat memberi

kesempatan kepada santri untuk mengetahui bahwa mereka tidak sendirian dalam mengalami kerinduan dan perubahan lingkungan. Interaksi kelompok juga dapat mendukung kemampuan berkomunikasi, membangun hubungan, serta memperoleh dukungan dari teman sebaya. Dalam konteks *homesickness*, layanan kelompok diarahkan untuk membantu santri berinteraksi dan menghadapi proses adaptasi bersama, bukan sekadar menyampaikan nasihat secara satu arah.

Pemberian motivasi dan penguatan menjadi bagian dari pelaksanaan strategi. Guru BK membantu santri memahami bahwa rasa rindu terhadap keluarga merupakan pengalaman yang wajar, tetapi perlu dikelola agar tidak terus menghambat aktivitas sehari-hari. Santri didorong untuk mengenali kemampuan dirinya, menjalani rutinitas secara bertahap, dan mencoba terlibat dalam kegiatan pesantren. Motivasi diberikan dengan memperhatikan keadaan santri, sehingga dukungan tidak berubah menjadi tekanan agar santri segera berhenti merasa rindu.

Guru BK juga mendorong santri membangun hubungan dengan teman dan mengikuti kegiatan yang memungkinkan interaksi sosial. Bagi santri yang cenderung menyendiri, pendekatan dilakukan perlahan, tanpa memaksa santri langsung terlibat dalam semua kegiatan. Santri diajak untuk mulai berinteraksi, mengenali teman, dan membentuk rutinitas yang membantu perhatian mereka tidak terus-menerus tertuju pada rumah. Kegiatan positif di lingkungan pesantren dapat menjadi ruang bagi santri untuk mengembangkan rasa memiliki terhadap lingkungan baru.

Koordinasi dengan pembina asrama menjadi bagian penting karena penanganan *homesickness* tidak hanya berlangsung ketika santri bertemu guru BK. Pembina asrama memberikan informasi mengenai perilaku santri, keterlibatan dalam kegiatan, pola interaksi, dan perubahan kondisi sehari-hari. Guru BK kemudian menggunakan informasi tersebut untuk menyesuaikan layanan, sementara pembina asrama dapat mendukung santri melalui pendekatan sehari-hari, mendengarkan keluhan, memberi semangat, dan mengajak santri mengikuti kegiatan positif. Kerja sama ini memungkinkan proses pendampingan berlangsung secara berkelanjutan.

Pelaksanaan strategi tersebut sesuai dengan tahap implementasi menurut Fred R. David dan Forest R. David, yaitu menerapkan langkah yang telah dirumuskan untuk mencapai tujuan. Implementasi dalam penelitian ini tidak terbatas pada satu bentuk

layanan, tetapi mencakup kombinasi dukungan individual, kegiatan kelompok, motivasi, penguatan hubungan sosial, keterlibatan dalam aktivitas pesantren, dan koordinasi antarpendamping. Kombinasi tersebut memungkinkan strategi disesuaikan dengan variasi gejala *homesickness* pada santri.

Evaluasi Strategi

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui perubahan kondisi santri setelah mendapatkan layanan dan menilai kesesuaian strategi yang diterapkan. Guru BK mengamati perilaku santri, melakukan percakapan lanjutan, menerima informasi dari pembina asrama, serta memperhatikan keterlibatan santri dalam kegiatan belajar dan kegiatan pesantren. Dengan demikian, evaluasi tidak hanya didasarkan pada terlaksananya layanan, tetapi juga pada perubahan yang tampak dalam kehidupan sehari-hari.

Perubahan yang menjadi perhatian meliputi kondisi santri yang lebih tenang, kemampuan berinteraksi dengan teman, keterlibatan dalam kegiatan pesantren, konsentrasi belajar, pola tidur dan makan, serta berkurangnya keinginan untuk pulang secara berlebihan. Santri yang mulai terbuka, tidak terlalu murung atau menangis, dan mampu menjalankan rutinitas menunjukkan adanya perubahan dalam proses adaptasi. Informasi dari pembina asrama menjadi sumber penting untuk melihat apakah perubahan juga terlihat di luar sesi layanan BK.

Evaluasi juga memberi dasar bagi tindak lanjut. Apabila perubahan yang diharapkan belum terlihat, guru BK dapat kembali menggali kebutuhan santri dan menyesuaikan pendekatan yang digunakan. Dengan demikian, penanganan homesick merupakan proses yang berkelanjutan, bukan tindakan sekali selesai. Tahap ini sejalan dengan konsep evaluasi strategi Fred R. David dan Forest R. David , yang menempatkan penilaian hasil sebagai dasar untuk mempertahankan langkah yang efektif atau melakukan penyesuaian.

Berdasarkan temuan tersebut, strategi guru BK di SMP Integral Hidayatullah Palopo dapat dipahami sebagai proses yang saling berhubungan. Identifikasi membantu guru BK memahami kondisi santri; pelaksanaan layanan memberikan dukungan sesuai kebutuhan; sedangkan evaluasi memperlihatkan perubahan dan kebutuhan tindak lanjut.

Keterlibatan pembina asrama memperkuat kesinambungan pendampingan karena informasi mengenai kondisi santri diperoleh dari lingkungan keseharian mereka.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Gambaran *homesickness* yang dialami santri kelas VII–IX di SMP Integral Hidayatullah Palopo ditandai oleh kerinduan terhadap rumah dan keluarga, kesepian, ketidaknyamanan terhadap lingkungan baru, kesulitan beradaptasi dan berinteraksi, gangguan tidur dan nafsu makan, menarik diri dari lingkungan, keinginan untuk pulang, serta kesulitan berkonsentrasi. Gejala lebih menonjol pada masa awal tinggal di pesantren, khususnya ketika santri belum memiliki teman dekat dan belum terbiasa dengan aturan serta rutinitas pesantren. Seiring waktu, sebagian santri mulai beradaptasi melalui hubungan pertemanan dan keterlibatan dalam kegiatan pesantren, meskipun pengalaman setiap santri berbeda.

Strategi guru BK dalam mengatasi *homesickness* dilaksanakan melalui tiga tahap menurut Fred R. David dan Forest R. David, yaitu perumusan strategi, implementasi strategi, dan evaluasi strategi. Perumusan dilakukan dengan mengidentifikasi gejala, menggali penyebab, memahami kebutuhan santri, dan menentukan layanan yang sesuai. Implementasi dilakukan melalui pendekatan personal, konseling individu, bimbingan atau konseling kelompok, pemberian motivasi, penguatan hubungan sosial, pelibatan santri dalam kegiatan pesantren, serta koordinasi dengan pembina asrama dan pihak terkait. Evaluasi dilakukan dengan mengamati perubahan perilaku, interaksi sosial, keterlibatan dalam kegiatan, konsentrasi belajar, serta pola tidur dan makan. Dengan demikian, penanganan *homesickness* membutuhkan pendampingan yang disesuaikan dengan kondisi santri dan dilaksanakan secara berkelanjutan.

DAFTAR REFERENSI

Affandi, Syahrial, Hadiwinarto, dan Arsyadani Mishbahuddin. “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa di SMP N 17 Kota Bengkulu.” Consilia: *Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling* 2, no. 3 (2020): 254–261. https://doi.org/10.33369/consilia.2.3.254-261.

Archer, J., dan L. Brown. “Homesickness and Adjustment across Cultures.” *Journal of International Students* 10, no. 4 (2020): 934–951.

Demetriou, Christina, et al. “Homesickness and Psychological Adjustment.” *Journal of Affective Disorders* 295 (2022): 107–114.

David, Fred R., dan Forest R. David. *Strategic Management: A Competitive Advantage Approach, Concepts and Cases*. Edisi ke-16. Harlow: Pearson Education Limited, 2017.

Fitriah, W., dan Siregar. "Strategi Guru Bimbingan Konseling dalam Mengurangi Kenakalan Siswa melalui Konseling Individu di Madrasah Aliyah Swasta PAB 1 Sampali." Al-Mursyid: *Jurnal Ikatan Alumni Bimbingan dan Konseling Islam* 2, no. 1 (2020). https://doi.org/10.30829/mrs.v2i1.693.

Ilhami, M. W. "Penerapan Metode Studi Kasus dalam Penelitian Kualitatif*." Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 10, no. 9 (2024).

Mander, D. J., dan L. Lester. "Self-Reported Homesickness in Australian Adolescent Males during Their First Year at Boarding School: An Exploratory Study of Symptomatic Features, Its Dimensionality, Coping Strategies, and the Relationship with Academic, Resilience, Emotional and Mental Wellbeing Factors." Educational and Developmental Psychologist 40, no. 2 (2023). https://doi.org/10.1080/20590776.2023.2210762.

Mutakabbir, A., Subekti Masri, dan Kasmi. *Pengantar Metodologi Penelitian Bimbingan dan Konseling Islam*. Indramayu: PT Adab Indonesia, 2025.

Nafisah, N. A., dan A. Amin. "Pengaruh Penyesuaian Diri terhadap Homesickness Santri Baru di Pondok Pesantren Al Amien Jember." Afeksi: *Jurnal Psikologi, Filsafat dan Saintek* 2, no. 4 (2023). https://doi.org/10.572349/afeksi.v2i2.960.

Pohan, Rizky Andana, dan Syaiful Indra. "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Kegiatan Merespon Pembelajaran." Islamic Counseling: *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 4, no. 1 (2020): 17–30. https://doi.org/10.29240/jbk.v4i1.1280.

Reardon, T., et al. "Boarding versus Day-Students: A Mixed-Methods Analysis of Sleep and Its Relationship with Psychological Distress." *British Journal of Educational Psychology* 93, no. 4 (2023). https://doi.org/10.1111/bjep.12624.

Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2009.

Surya, I., S. Murdiana, dan A. Halima. "The Relationship between Social Adjustment and Homesickness among New Santri." *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling* 9, no. 1 (2023). https://doi.org/10.26858/jppk.v0i0.44277.

Thurber, Christopher A., dan Edward A. Walton. "Preventing and Treating Homesickness." Pediatrics 119, no. 1 (2007): 192–201. https://doi.org/10.1542/peds.2006-2781.