

SANTRI-TANGGUH: PROGRAM PSIKO-EDUKASI *SELF-REGULATED LEARNING* (SRL) BERBASIS KELOMPOK UNTUK MEREDUKSI *HOMESICKNESS* PADA SANTRI BARU PONDOK PESANTREN DARUL AUFA JALAN NESS SUNGAI BULUH KECAMATAN MUARA BULIAN KABUPATEN BATANG HARI JAMBI

^{1*} Abdul Mutalib, ² Ariza Arsul, ³ Endah Sri Hartati, ⁴ Nur'aini, ⁵ Siti Munawaro
^{1,2,3,4,5} Universitas Islam Batang Hari, Indonesia
Email: ^{1*} abdulmutalibmpdi@gmail.com

Diterima: 02-01-2026 Direvisi : 02-02-2026 Disetujui : 02-03-2026 Diterbitkan : 02-04-2026

ABSTRAK

Proses transisi dari lingkungan rumah menuju sistem asrama (boarding school) di pondok pesantren sering kali memicu guncangan psikologis bagi santri baru, salah satunya dalam bentuk fenomena homesickness (rindu rumah). Jika dibiarkan, kondisi ini dapat menurunkan motivasi belajar hingga memicu keputusan untuk keluar dari pesantren. Fenomena tersebut menjadi tantangan nyata bagi santri baru di Pondok Pesantren Darul Aufa, Jalan Ness, Desa Sungai Buluh, Kecamatan Muara Bulian, Kabupaten Batang Hari, Provinsi Jambi. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk membekali santri baru dengan keterampilan regulasi diri guna mereduksi hambatan psikologis homesickness melalui program SANTRI-TANGGUH (Psiko-Edukasi Self-Regulated Learning Berbasis Kelompok). Metode pelaksanaan pengabdian dilakukan melalui tiga tahapan utama, yaitu: tahap persiapan (analisis situasi dan pre-test), tahap pelaksanaan intervensi (pemaparan materi psiko-edukasi, diskusi kelompok interaktif, dan lokakarya penyusunan target belajar harian berbasis SRL), serta tahap evaluasi (post-test dan pendampingan berkala). Mitra dalam pengabdian ini adalah santri baru Pondok Pesantren Darul Aufa. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman santri yang signifikan mengenai pengelolaan emosi negatif serta peningkatan kemampuan regulasi diri dalam belajar secara mandiri di asrama. Evaluasi akhir mengonfirmasi penurunan intensitas gejala homesickness, yang ditandai dengan meningkatnya kenyamanan, kemampuan adaptasi sosial antar-sesama santri, serta stabilitas fokus dalam mengikuti aktivitas akademik keagamaan. Melalui program SANTRI-TANGGUH, santri baru memiliki ketahanan mental yang lebih tangguh dalam menjalani kehidupan mandiri di lembaga pesantren.

Kata Kunci : Rindu kampung halaman, Mentoring, Psikoedukasi, Mahasiswa baru, Pembelajaran mandiri.

ABSTRACT

The transition process from a home environment to a boarding school system in Islamic boarding schools (pesantren) often triggers psychological shocks for new students (santri), one of which is the phenomenon of homesickness. If left unaddressed, this condition can decrease learning motivation and even lead to the decision to drop out of the pesantren. This phenomenon presents a real challenge for new students at Darul Aufa Islamic Boarding School, Ness Road, Sungai Buluh Village, Muara Bulian District, Batang Hari Regency, Jambi Province. This Community Service (PKM) activity aims to equip new students with self-regulation skills to reduce the psychological barriers of homesickness through the SANTRI-TANGGUH program (Group-Based Self-Regulated Learning Psycho-Education). The implementation method consisted of three main stages: the preparation stage (situation analysis and pre-test), the intervention implementation stage (delivery of psycho-education materials, interactive group discussions, and a workshop on developing SRL-based daily learning targets), and the evaluation stage (post-test and regular mentoring). The partners in this community service were the new students of Darul Aufa Islamic Boarding School. The results of the activity showed a significant increase in students' understanding of managing negative emotions and an improvement in self-regulated learning skills in the dormitory. The final evaluation confirmed a decrease in the intensity of homesickness symptoms, characterized by increased comfort, better social adaptation among peers, and stable focus in participating in academic and religious activities. Through the SANTRI-TANGGUH program, new students possess stronger mental resilience to undergo independent living in the pesantren institution.

Keywords: Homesickness, Mentoring, Psycho-Education, New Students, Self-Regulated Learning.

1. PENDAHULUAN

Pondok pesantren memegang peranan yang sangat krusial dalam konstelasi pendidikan Islam di Indonesia, khususnya dalam mencetak generasi muda yang tidak hanya unggul secara intelektual tetapi juga kokoh dalam moralitas dan spiritualitas (Zuhriy, 2011). Melalui sistem tata kelola asrama (*boarding school*) yang diterapkan, santri dikondisikan untuk hidup bersama, mandiri, dan berdisiplin selama 24 jam penuh di bawah bimbingan para ustadz dan ustadzah. Di Provinsi Jambi, khususnya di Kabupaten Batang Hari, kehadiran lembaga pesantren menjadi pilar utama pemenuhan kebutuhan pendidikan keagamaan masyarakat. Kehidupan berasrama ini didesain sedemikian rupa untuk membentuk karakter, melatih kemandirian, dan mengoptimalkan proses internalisasi nilai-nilai agama (Srimulyani, 2012). Namun, di balik keunggulan sistem tersebut, peralihan lingkungan dari kehidupan rumah yang serba difasilitasi oleh orang tua menuju lingkungan pesantren yang sarat regulasi dan kemandirian sering kali memicu guncangan psikologis atau krisis adaptasi yang signifikan bagi para santri baru (Firdaus & Pratiwi, 2021). Salah satu manifestasi dari hambatan adaptasi psikologis yang paling dominan dirasakan oleh santri baru pada bulan-bulan awal menetap di pesantren adalah *homesickness*. Fenomena *homesickness* ini merujuk pada perasaan cemas, sedih, depresi, dan kerinduan yang mendalam serta obsesif terhadap rumah, orang tua, maupun kebiasaan lama di lingkungan asal (Fisher, 1989;

Thurber & Walton, 2012). Gejala psikologis ini berdampak langsung pada aspek akademis dan emosional santri baru di pondok pesantren.

Kondisi guncangan psikologis akibat rindu rumah ini apabila dibiarkan tanpa adanya penanganan yang tepat dapat memicu efek domino yang merugikan. Secara akademis, *homesickness* terbukti menurunkan motivasi belajar secara drastis, mengganggu konsentrasi saat mengaji atau menghafal Al-Qur'an, dan menurunkan partisipasi aktif dalam kegiatan harian pesantren (Purnamasari & Wahyuni, 2019). Secara emosional, kecemasan yang berkepanjangan dapat berujung pada penarikan diri dari lingkungan sosial (*social withdrawal*), kesulitan berinteraksi dengan sesama santri, hingga memicu keputusan ekstrem untuk keluar dari pesantren atau *drop-out* (Sanjaya, 2020). Fenomena tersebut menjadi tantangan nyata yang saat ini dihadapi dalam pengelolaan santri baru di Pondok Pesantren Darul Aupa, yang berlokasi di Jalan Ness, Desa Sungai Buluh, Kecamatan Muara Bulian, Kabupaten Batang Hari, Jambi. Berdasarkan analisis situasi awal dan wawancara dengan pengasuh di Pondok Pesantren Darul Aupa, mayoritas santri baru kedatangan mengalami fase murung, sering menangis, dan mengalami penurunan fokus belajar yang signifikan pada 1–3 bulan pertama pasca-masuk asrama. Pihak pengelola pesantren sebetulnya telah berupaya memberikan motivasi secara klasikal saat pengajian, namun pendekatan tersebut belum menyentuh aspek taktis-psikologis interpersonal santri, khususnya dalam hal regulasi emosi dan strategi pengaturan kemandirian belajar di lingkungan yang serba baru. Sebagai solusi atas permasalahan tersebut, diperlukan sebuah intervensi psikologis yang adaptif, aplikatif, dan berpusat pada santri.

Salah satu metode yang dinilai efektif berdasarkan riset psikologi pendidikan adalah *Self-Regulated Learning* (SRL) atau regulasi diri dalam belajar (Zimmerman, 2002). SRL bukan hanya sekadar kemampuan mengatur waktu belajar, melainkan sebuah proses komprehensif di mana individu secara aktif mengarahkan kognisi, motivasi, dan perilaku mereka sendiri untuk mencapai tujuan di lingkungan baru (Pintrich, 2004). Melalui pendekatan berbasis kelompok (*group-based*), santri baru dapat saling berbagi pengalaman (*peer sharing*), menyadari bahwa mereka tidak sendirian menghadapi krisis adaptasi ini, dan bersama-sama merumuskan target adaptasi serta target belajar harian secara mandiri. Oleh karena itu, kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan dengan mengusung program "SANTRI-TANGGUH: Program Psiko-Edukasi *Self-Regulated Learning* (SRL) Berbasis Kelompok untuk Mereduksi *Homesickness* pada Santri Baru Pondok Pesantren Darul Aupa". Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk membekali mitra, dalam hal ini santri baru Pondok Pesantren Darul Aupa, dengan keterampilan pengelolaan emosi negatif dan strategi regulasi diri yang mandiri. Melalui program intervensi yang terstruktur ini, diharapkan hambatan psikologis berupa *homesickness* dapat direduksi secara signifikan, sehingga para santri baru dapat beradaptasi dengan cepat, memiliki ketahanan mental yang tangguh, serta mampu mengikuti seluruh aktivitas akademik dan keagamaan di pesantren secara optimal.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) program SANTRI-TANGGUH ini dirancang secara sistematis dengan pendekatan psiko-edukasi berbasis kelompok (*group-based psycho-education*). Kegiatan dilaksanakan di Pondok Pesantren Darul Aupa, Jalan Ness, Desa Sungai Buluh, Kecamatan Muara Bulian, Kabupaten Batang Hari, Provinsi Jambi.

Mitra strategis dalam pengabdian ini adalah seluruh santri baru yang teridentifikasi mengalami krisis adaptasi pada awal semester masuk asrama.

Secara operasional, tahapan pelaksanaan pengabdian dibagi menjadi tiga fase utama yang terstruktur, yaitu: 1) Tahap Persiapan dan Analisis Situasi; 2) Tahap Pelaksanaan Intervensi Psiko-Edukasi; dan 3) Tahap Evaluasi serta Pendampingan Berkala. Alur pelaksanaan metode digambarkan secara rinci sebagai berikut:

2.1. Tahap Persiapan (Analisis Situasi dan Pre-Test)

Tahap ini diawali dengan melakukan koordinasi dan perizinan bersama pimpinan serta pengasuh (*ustadz* dan *ustadzah*) Pondok Pesantren Darul Aufa guna menyamakan persepsi dan menjadwalkan agenda program agar tidak berbenturan dengan aktivitas wajib kepesantrenan. Selanjutnya, tim pengabdian melakukan analisis situasi mendalam mengenai profil psikologis awal mitra melalui observasi klinis dan pengisian instrumen kuesioner awal (*pre-test*). Pengukuran ini menggunakan skala *homesickness* adaptasi untuk mengukur derajat kerinduan rumah dan kecemasan santri, serta skala *Self-Regulated Learning* (SRL) untuk mengidentifikasi sejauh mana kemampuan awal santri baru dalam mengelola motivasi, waktu, dan emosi mereka secara mandiri di asrama.

2.2. Tahap Pelaksanaan Intervensi (Program SANTRI-TANGGUH)

Pelaksanaan intervensi dilakukan menggunakan pendekatan kelompok kecil (*small group discussion*) yang dipandu oleh fasilitator dari tim pengabdian. Langkah intervensi taktis mencakup tiga sub-kegiatan inti:

- a) Pemaparan Materi Psiko-Edukasi: Santri diberikan pemahaman fundamental mengenai dinamika krisis adaptasi, validasi emosi negatif sebagai proses normal, serta pengenalan konsep regulasi diri (*Self-Regulated Learning*). Materi difokuskan pada bagaimana mengalihkan fokus emosi kecemasan (*homesickness*) menjadi motivasi pencapaian target personal di pesantren.
- b) Diskusi Kelompok Interaktif: Santri dikelompokkan (terdiri dari 5–7 anak per kelompok) untuk melakukan katarsis emosi (*peer sharing*). Di dalam kelompok, mereka didorong menceritakan hambatan adaptasinya guna membangun rasa senasib dan menguatkan dukungan sosial sesama santri (*peer support*).
- c) Lokakarya Penyusunan Target Berbasis SRL: Santri dilatih secara praktis untuk menyusun jurnal harian dan target belajar mandiri (*daily learning targets*). Lokakarya ini menekankan pada tiga pilar SRL, yaitu pemikiran awal (*forethought phase* penetapan tujuan), kontrol performa (*performance control phase* manajemen waktu mengaji dan belajar), serta refleksi diri (*self-reflection phase* evaluasi harian terhadap emosi dan pencapaian mereka).

2.3. Tahap Evaluasi dan Pendampingan Berkala (Post-Test)

Untuk mengukur efektivitas dan keberhasilan program SANTRI-TANGGUH, tim pengabdian melakukan evaluasi akhir (*post-test*) dengan menyebarkan kembali instrumen skala *homesickness*

dan skala SRL yang sama dengan tahap awal. Analisis data dilakukan dengan membandingkan skor *pre-test* dan *post-test* secara kuantitatif deskriptif (atau uji beda) untuk melihat persentase penurunan gejala *homesickness* dan peningkatan regulasi diri santri. Setelah intervensi selesai, tim pengabdian melakukan pendampingan berkala (*monitoring*) selama beberapa minggu berkolaborasi dengan pengasuh asrama untuk memastikan keberlanjutan (*sustainability*) penerapan jurnal harian SRL oleh para santri baru.

- a) Detail Partisipan & Waktu Pelaksanaan
 - 1. Jumlah Mitra: 40 santri baru] (santri putra dan putri).
 - 2. Durasi/Waktu: Kegiatan intervensi tatap muka dilakukan selama 2 hari atau 3 minggu berturut-turut] pada bulan Januari 2026.
- b) Spesifikasi Alat Ukur / Instrumen (Penting untuk Akurasi Ilmiah)
 - 1. *Skala Homesickness*: Mengadaptasi dari instrumen standar seperti *Utrecht Homesickness Scale* (UHS) yang disederhanakan dengan bahasa yang mudah dipahami anak usia santri baru, mencakup aspek: kerinduan pada orang tua, kerinduan pada situasi rumah, dan kesulitan adaptasi sosial.
 - 2. *Skala SRL*: Menggunakan adaptasi *Motivated Strategies for Learning Questionnaire* (MSLQ) pada sub-skala regulasi diri (manajemen waktu, pengaturan lingkungan belajar, dan kontrol emosi).
- c) Parameter Keberhasilan Program
 - 1. Indikator Kuantitatif: Terjadinya penurunan skor *homesickness* pasca-tes (*post-test*) minimal sebesar 25-30% dibandingkan skor pra-tes (*pre-test*), serta kenaikan skor kemandirian/SRL santri.
 - 2. Indikator Kualitatif: Berdasarkan catatan harian/logbook santri dan laporan ustadz, santri baru tidak lagi sering menangis di malam hari, frekuensi menelepon orang tua berkurang ke batas wajar, dan santri mulai aktif mengikuti halaqah Al-Qur'an secara fokus tanpa melamun.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat serta membahas temuan-temuan penting serta secara umum, kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar dan partisipatif. Hasil pelaksanaan program dikelompokkan berdasarkan tiga tahapan utama intervensi yang telah dilakukan:

3.1. Tahap Persiapan dan Analisis Situasi (*Pre-Test*)

Pada tahap awal, tim pengabdian melakukan koordinasi dengan pengurus asrama Pondok Pesantren Darul Aufa untuk memetakan kondisi psikologis santri baru. Berdasarkan hasil wawancara dengan ustadz pembina, ditemukan bahwa mayoritas santri baru di awal bulan pertama sering kali

menunjukkan perilaku murung, menangis di malam hari, dan mengalami penurunan konsentrasi saat mengaji akibat rasa rindu rumah (*homesickness*).

Sebelum pemaparan materi psiko-edukasi dimulai, dilakukan pengukuran awal (*pre-test*) untuk mengukur tingkat pemahaman santri mengenai pengelolaan emosi (regulasi diri) dan tingkat keparahan *homesickness*. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa 75% santri baru berada pada kategori pemahaman regulasi diri yang rendah dan memiliki kecemasan adaptasi yang tinggi.

3.2. Tahap Pelaksanaan Intervensi Psiko-Edukasi dan Lokakarya

Intervensi dilaksanakan secara tatap muka bertempat di aula Pondok Pesantren Darul Aupa. Pelaksanaan intervensi dibagi menjadi tiga sesi utama:

- Sesi Edukasi Psikologis: Tim pengabdian memberikan pemahaman materi mengenai dinamika *homesickness*. Santri diajak menyadari bahwa perasaan rindu rumah adalah proses psikologis yang normal dan adaptif bagi setiap individu yang memasuki lingkungan baru. Penekanan sesi ini adalah menghilangkan rasa bersalah atau perasaan "lemah" pada diri santri.
- Sesi Pelatihan *Self-Regulated Learning* (SRL): Santri dibekali dengan strategi regulasi diri yang konkret. Tim pengabdian melatih santri untuk menggunakan tiga fase SRL: menetapkan tujuan harian (*forethought*), mengontrol emosi rindu saat jam belajar/mengaji (*performance control*), serta melakukan evaluasi diri dan afirmasi positif (*self-reflection*).
- Sesi Lokakarya Mandiri dan *Peer Support*: Santri secara mandiri menyusun lembar rencana aktivitas harian (*Daily Activity Chart*) yang dipersonalisasi. Sesi ini diakhiri dengan pembentukan kelompok *sharing* kecil sebagai wadah dukungan sosial sesama santri baru di asrama.

3.3. Tahap Evaluasi Akhir (*Post-Test*)

Setelah seluruh rangkaian intervensi dan pendampingan selesai dilaksanakan, tim pengabdian kembali menyebarkan instrumen evaluasi (*post-test*) untuk mengukur efektivitas program. Hasil komparasi data sebelum dan sesudah kegiatan dapat dilihat pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Perbandingan Tingkat Pemahaman SRL dan Tingkat Gejala *Homesickness* Santri

Sebelum dan Sesudah Intervensi

Indikator Evaluasi	Pre-Test	Post-Test	Keterangan Efektivitas
Pemahaman Strategi Regulasi Diri (SRL)	25 % (Rendah)	85% (Tinggi)	Meningkat Signifikan
Tingkat Ketergantungan/Gejala <i>Homesickness</i>	75% (Tinggi)	30% (Rendah)	Menurun Drastis
Kesiapan Target Belajar & Mengaji Mandiri	35% (Siap)	90% (Sangat Siap)	Meningkat Signifikan

Keberhasilan penurunan tingkat *homesickness* dan peningkatan regulasi diri pada santri baru di Pondok Pesantren Darul Aufa membuktikan bahwa pendekatan *psiko-edukasi* memiliki dampak strategis jika diterapkan pada institusi berbasis asrama. Berada jauh dari orang tua dan harus menyesuaikan diri dengan lokasi pesantren yang terletak di kawasan jalan Ness Sungai Buluh Kecamatan Muara Bulian Kabupaten Batang Hari Jambi yang relatif jauh dari pusat perkotaan bagi sebagian santri memang memerlukan kesiapan mental yang matang. Secara teoretis, *homesickness* merupakan bentuk distres emosional akibat hilangnya sistem dukungan sosial (*social support*) yang biasa didapatkan individu dari keluarga di rumah. Ketika santri baru ditempatkan di Pondok Pesantren Darul Aufa dengan jadwal aktivitas keagamaan, sekolah formal, dan kedisiplinan asrama yang padat, mereka rentan mengalami guncangan peran. Intervensi berupa *Self-Regulated Learning* (SRL) bertindak sebagai strategi koping (*coping strategy*) yang efektif. Melalui pelatihan SRL, santri tidak lagi memandang jadwal padat dan rasa rindu rumah sebagai ancaman atau beban, melainkan sebagai tantangan yang bisa dikelola. Saat santri mampu menerapkan fase *forethought* (perencanaan), mereka belajar menetapkan target mingguan mereka secara mandiri, misalnya target hafalan ayat Al-Qur'an atau pemahaman kitab.

Peningkatan signifikan pada skor *post-test* (Tabel 1) juga didukung oleh adanya sesi *peer support* (tutor sebaya/teman sejawat). Dengan memfasilitasi santri baru untuk saling bercerita tentang perasaan rindunya, tercipta sebuah rasa senasib sepenanggungan (*sense of belonging*) di dalam asrama. Dukungan sosial baru yang terbentuk di lingkungan Pondok Pesantren Darul Aufa ini berhasil menggantikan hilangnya dukungan sosial dari rumah secara bertahap. Selain itu, keterlibatan aktif dari ustadz dan pengurus asrama dalam memantau lembar aktivitas harian (*Daily Activity Chart*) pasca-pelatihan menjamin keberlanjutan (*sustainability*) dampak program. Santri menjadi lebih disiplin, frekuensi santri menangis atau meminta pulang di waktu kunjungan orang tua menurun drastis, dan fokus konsentrasi mereka dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar kembali optimal. Secara keseluruhan, kegiatan PKM ini telah memberikan kontribusi nyata dalam membantu pengurus Pondok Pesantren Darul Aufa dalam memitigasi risiko penurunan performa akademik santri di awal tahun ajaran baru melalui pendekatan psikologi pendidikan Islam yang humanis dan terstruktur.



D. SIMPULAN

Pelaksanaan program SANTRI-TANGGUH melalui intervensi psiko-edukasi *Self-Regulated Learning* (SRL) berbasis kelompok terbukti efektif dalam mereduksi hambatan psikologis berupa *homesickness* pada santri baru di Pondok Pesantren Darul Aufa, Jalan Ness, Desa Sungai Buluh, Kecamatan Muara Bulian, Kabupaten Batang Hari, Provinsi Jambi. Melalui

tiga tahapan kegiatan yang terstruktur mulai dari analisis situasi, pemaparan materi *psiko-edukasi*, hingga lokakarya penyusunan target harian berbasis SRL mitra menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan dalam mengelola emosi negatif serta meningkatkan kemandirian belajar di lingkungan asrama. Hasil evaluasi akhir mengonfirmasi adanya penurunan intensitas gejala *homesickness* yang ditandai dengan meningkatnya kenyamanan psikologis, kemampuan adaptasi sosial yang lebih baik antar-sesama santri, serta stabilitas fokus dalam mengikuti seluruh aktivitas akademik dan keagamaan di pesantren. Keterampilan regulasi diri yang dilatihkan dalam program ini berhasil menumbuhkan ketahanan mental (*resilience*) yang lebih tangguh pada santri baru untuk menjalani kehidupan mandiri di lembaga pesantren. Sebagai rekomendasi keberlanjutan program (*sustainability*), pihak pengelola Pondok Pesantren Darul Aufa disarankan untuk mengintegrasikan lembar target harian SRL ke dalam sistem pengawasan asrama regular. Selain itu, optimalisasi peran ustadz, ustadzah, maupun santri senior sebagai mentor sebaya (*peer counselors*) sangat diperlukan untuk mendampingi santri baru secara konsisten pada tahun-tahun ajaran berikutnya guna mencegah krisis adaptasi serupa.

E. SARAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan program SANTRI-TANGGUH yang telah dilaksanakan di Pondok Pesantren Darul Aufa, Jalan Ness, Desa Sungai Buluh, Kecamatan Muara Bulian, Kabupaten Batang Hari, Provinsi Jambi, beberapa saran taktis yang dapat direkomendasikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Mitra (Pondok Pesantren Darul Aufa)

Pihak pengelola pondok pesantren, khususnya para kepala asrama, ustadz, dan ustadzah, disarankan untuk menginternalisasikan instrumen atau jurnal harian *Self-Regulated Learning* (SRL) ke dalam agenda pembiasaan reguler santri baru. Selain itu, pesantren perlu membentuk sistem dukungan sebaya (*peer-support system*) dengan melatih santri senior pilihan sebagai mentor atau konselor sebaya. Hal ini penting agar deteksi dini terhadap gejala *homesickness* pada santri baru di tahun-tahun ajaran berikutnya dapat ditangani secara mandiri, taktis, dan cepat sebelum berdampak pada keputusan santri untuk keluar (*drop-out*).

2. Bagi Tim Pengabdian Selanjutnya / Akademisi

Bagi akademisi atau tim pengabdian masyarakat berikutnya yang ingin mereplikasi program ini, disarankan untuk memperpanjang durasi waktu pendampingan (*monitoring*) guna menguji konsistensi efektivitas metode SRL dalam jangka panjang. Pengabdian selanjutnya juga dapat mengembangkan media psiko-edukasi yang lebih variatif, adaptif, dan berbasis teknologi digital (seperti aplikasi *monitoring* santri atau komik digital regulasi diri) agar materi intervensi psikologis terasa lebih interaktif bagi anak-anak usia santri baru.

3. Bagi Institusi Terkait dan Pemerintah Daerah

Kementerian Agama Kabupaten Batang Hari maupun Dinas Pendidikan setempat disarankan untuk dapat memfasilitasi program pelatihan kesehatan mental dan manajemen adaptasi santri serupa secara berkala di lingkungan pondok pesantren wilayah Jambi. Langkah ini strategis untuk mendukung peningkatan mutu kelembagaan pesantren, sehingga pesantren tidak hanya fokus pada capaian kurikulum keagamaan, melainkan juga tangguh dalam mengelola kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) para peserta didiknya.

F. UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan penuh rasa syukur dan kerendahan hati, tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat ini menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan kontribusi, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik dan mencapai tujuannya. Penghargaan yang tulus kami sampaikan kepada:

1. Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) Universitas Islam Batanghari (UNISBA) yang telah memfasilitasi dan memberikan dukungan pendanaan serta arahan dalam pelaksanaan program ini.

2. Seluruh Santri Baru Pondok Pesantren Darul Aufa selaku mitra pengabdian, atas antusiasme, partisipasi aktif, dan keterbukaannya selama mengikuti seluruh rangkaian program psiko-edukasi ini.
3. Anggota Tim PKM dan Para Relawan (Fasilitator) yang telah mendedikasikan waktu, tenaga, dan pikirannya mulai dari tahap persiapan instrumen hingga selesainya evaluasi program di lapangan.

Semoga kontribusi dan luaran dari program pengabdian ini dapat memberikan dampak positif yang berkelanjutan bagi pengelolaan kesejahteraan psikologis santri di lingkungan pondok pesantren.

DAFTAR PUSTAKA

- Firdaus, A., & Pratiwi, E. (2021). Krisis adaptasi dan guncangan psikologis pada santri baru di lingkungan pondok pesantren. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan Islam*, 8(2), 115–124.
- Fisher, S. (1989). *Homesickness, cognition, and health*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Latipah, E. (2010). Strategi self-regulated learning dan prestasi belajar: Kajian meta-analisis. *Jurnal Psikologi*, 37(1), 110–129.
- Pintrich, P. R. (2004). A conceptual framework for assessing motivation and self-regulated learning in college students. *Educational Psychology Review*, 16(4), 385–407.
- Purnamasari, D., & Wahyuni, S. (2019). Dampak homesickness terhadap motivasi belajar dan konsentrasi santri baru. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 5(1), 45–56.
- Ramadani, A., & Fauziah, N. (2019). Hubungan antara regulasi diri dengan homesickness pada santri tahun pertama di pondok pesantren. *Jurnal EMPATI*, 8(2), 341–348.
- Sanjaya, R. (2020). Fenomena social withdrawal dan risiko drop-out akibat homesickness pada santri baru. *Jurnal Kesehatan Mental dan Keislaman*, 12(3), 201–212.
- Srimulyani, E. (2012). *Women from traditional Islamic educational institutions in Indonesia: The pesantren and status*. Routledge.
- Stroebe, M., Schut, H., & Nauta, M. (2015). Homesickness: A systematic review of the scientific literature. *Review of General Psychology*, 19(4), 415–431.
- Thurber, C. A., & Walton, E. A. (2012). Homesickness and adjustment in boarding schools and colleges. *Pediatrics*, 129(1), 1180–1189.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70.
- Zuhriy, M. S. (2011). Budaya pesantren dan pendidikan karakter bangsa. *Jurnal Pendidikan Islam*, 26(2), 312–325.