

## ***Homesickness pada Siswa Baru di Pesantren: Peran Self Compassion dan Friendship Quality***

*Maya Yasmin*<sup>\*1</sup>, *Gumi Langerya*<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang, Indonesia  
e-mail: \*mayayasmin21@fip.unp.ac.id

**Received:** 19<sup>th</sup> April 2022 / **Revised:** 4<sup>th</sup> July 2022 / **Accepted:** 31<sup>st</sup> July 2022

**Abstract.** *Boarding school is one of the oldest educational institutions in Indonesia that's able to maintain its existence in this modern era. Homesickness is one of the most significant issues faced by students during their transition to boarding. This study aims to investigate the role of self-compassion and friendship quality on homesickness among first year boarding school students, involving 193 students of 7<sup>th</sup> grade aged 12-13 years in Medan, North Sumatera by using the cluster random sampling technique. Data analysis results by multiple regression explained that self-compassion and friendship quality has a significant effect on homesickness with an effective contribution of 24.9% and 75.1% influenced by other variables not examined in this study. Based on this research, it is concluded that developing self-compassion and friendship quality can help reduce homesickness among first year boarding school students.*

**Keywords:** *self-compassion, friendship quality, homesickness, boarding school, first year students*

**Abstrak.** Pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan tertua di Indonesia yang mampu menjaga eksistensinya di era modern ini. *Homesickness* merupakan salah satu masalah yang sering ditemukan pada siswa di tahun pertama akademik yang berpotensi mengganggu penyesuaian diri di lingkungan asrama. Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran *self-compassion* dan *friendship quality* terhadap *homesickness* pada siswa baru di lingkungan pesantren. Sampel penelitian ini adalah 193 siswa baru kelas VII berusia 12-13 tahun pada pesantren di Kota Medan, Sumatera Utara menggunakan teknik *cluster random sampling*. Analisis data menggunakan regresi berganda menunjukkan bahwa *self-compassion* dan *friendship quality* berpengaruh secara simultan terhadap *homesickness* dengan sumbangan efektif 24,9% dan 75,1 % dipengaruhi variabel lain yang tidak diuji pada penelitian ini. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa mengembangkan *self-compassion* dan *friendship quality* dapat membantu mengurangi *homesickness* siswa pada tahun pertama akademik.

**Kata kunci:** *self-compassion, friendship quality, homesickness, pesantren, siswa baru*

Pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan yang berkembang pesat dalam beberapa dekade belakangan ini. Data statistik menunjukkan bahwa dalam satu

dekade ini terjadi penambahan hingga hampir 2000 pesantren dengan total keseluruhan 27.772 pesantren yang tersebar di seluruh Indonesia (Kemenag, 2022). Hal ini mengindikasikan bahwa pesantren menjadi preferensi orang tua dalam memilih pendidikan anaknya. Dalam implementasi kurikulumnya, pesantren mengusung konsep sekolah asrama dengan mewajibkan seluruh siswa tinggal di lingkungan sekolah selama 6 tahun masa studi, mulai dari jenjang SMP hingga SMA.

Memulai kehidupan baru yang terpisah dari keluarga dan pola rutinitas harian yang telah melekat tentunya menjadi salah satu tantangan besar bagi para siswa, khususnya di tahun pertama bersekolah. Tidak jarang perpisahan tersebut memicu berbagai masalah dimana salah satunya adalah *homesickness*. Thurber et al., (2007) mendefinisikan *homesickness* sebagai *distress* dan gangguan fungsional yang dilatarbelakangi oleh keterpisahan dengan rumah dan objek lekat (seperti rumah dan orang tua). Individu yang *homesick* menunjukkan beberapa indikasi mulai dari merindukan rumah dan keluarga, teman, merenungkan tentang rumah, merasa kesepian, hingga kesulitan menyesuaikan diri di lingkungan yang baru (Stroebe et al., 2015)

*Homesickness* dialami hampir sebagian besar individu yang meninggalkan rumah terutama pada tahun pertama perpindahan (Demetriou et al., 2022; Fisher, 2016; Thurber et al., 2007). Pada penelitian longitudinal English et al., (2017) melaporkan bahwa 94% siswa mengalami *homesickness* pada 10 minggu pertama setelah meninggalkan rumah. Penelitian serupa juga menunjukkan bahwa 81.41% siswa baru asrama mengalami *homesick* pada tahun pertamanya bersekolah (Yasmin & Daulay, 2017).

Hasil *preliminary study* peneliti dengan salah satu pihak pengelola asrama ditemukan bahwa tahun pertama akademik merupakan tahun yang krusial bagi siswa di pondok pesantren. Berbagai perubahan pola hidup dan tuntutan yang dibebankan kepada siswa memicu berbagai masalah dimana salah satunya adalah kerinduan siswa akan keluarga dan keinginan untuk kembali ke rumah dalam kurun waktu yang cukup lama, sehingga berpotensi mengganggu dinamika akademik. Merespon kondisi tersebut, pengasuh asrama memprioritaskan pendampingan khusus bagi siswa baru guna

menghadapi berbagai konflik di tahun awal bersekolah (Wawancara peneliti dengan pihak pengasuh pesantren, 30 Agustus, 2021).

Kemunculan *homesickness* tentunya berpeluang memicu berbagai masalah dalam kehidupan seperti stres psikologis dan gangguan tidur (Biasi et al., 2018). Sejalan dengan hasil penelitian Sun et al., (2016) juga mengkonfirmasi bahwa *homesickness* dapat mengganggu proses adaptasi dan kesuksesan akademik siswa. Pada kondisi yang lebih kompleks, *homesickness* berpengaruh negatif terhadap kebahagiaan individu (Rahmayanti et al., 2019).

Studi terdahulu menunjukkan bahwa berbagai faktor mempengaruhi *homesickness* seperti kematangan diri (Mariska, 2018), integrasi akademik dan sosial (Thomas, 2018), dukungan sosial (Zulkarnain et al., 2019), gaya pengasuhan (Sünbül & Çekici, 2018) dan sebagainya. Pada penelitian ini melibatkan faktor *self-compassion* dan *friendship quality* mengingat konstruk psikologi positif seperti *self-compassion* masih belum banyak diangkat pada penelitian dengan tema *homesickness*, dan persahabatan diprediksi memainkan peranan yang besar pada kehidupan remaja terutama dalam seting akademik dan sosial.

Neff (2003) mendefinisikan *self-compassion* sebagai keterbukaan dan kelembutan hati dalam merespon berbagai penderitaan dan kesulitan. *Self-compassion* mengacu pada 3 aspek yakni bersikap baik dan menyayangi semua kelebihan dan kekurangan diri (*self-kindness*), memaknai berbagai pengalaman baik dan buruk sebagai hal umum dan lumrah yang dialami oleh semua manusia (*common humanity*), dan kesadaran penuh terhadap realitas (Neff, 2003). Individu dengan *self-compassion* yang memadai berusaha memaknai berbagai masalah/pengalaman yang muncul dalam hidup sebagai hal lumrah yang juga dihadapi seluruh manusia sehingga mewujudkan sikap empati terhadap diri sendiri dan penerimaan masalah secara positif. Neff (2011) juga menambahkan bahwa *self-compassion* berperan dalam mengantisipasi stres dan depresi serta mendorong individu dalam menyelesaikan berbagai permasalahannya.

Beberapa penelitian sebelumnya membuktikan bahwa *self-compassion* berperan penting dalam membantu individu mengelola berbagai permasalahan hidup. Penelitian

Jativa dan Cerezo (2014) menemukan bahwa *self-compassion* berfungsi sebagai faktor penyangga berbagai dampak negatif yang muncul dari sebuah masalah. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa semakin meningkatnya *self-compassion* pada individu berdampak pada rendahnya *homesick* dan depresi yang dialami individu dalam proses transisi ke lingkungan baru (Terry et al., 2013). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *self-compassion* yang memadai pada diri siswa berperan penting dalam mengelola *homesickness* di lingkungan baru.

Di samping peran *self-compassion*, jalinan persahabatan yang berkualitas juga turut andil membantu seseorang dalam menyelesaikan berbagai permasalahan dalam hidup. Konteks asrama yang diberlakukan dalam lingkungan pesantren membawa siswa untuk berinteraksi secara intensif dengan teman sebaya, baik dalam konteks kegiatan akademik kelas maupun rutinitas harian lainnya yang dapat meningkatkan jalinan persahabatan. Flynn (2018) menjelaskan bahwa persahabatan pada remaja dideskripsikan sebagai hubungan timbal balik antar individu mencakup saling berbagi peran, perasaan dan aktivitas harian. Kualitas persahabatan yang memadai ditandai dengan adanya perasaan aman, kedekatan, penerimaan dan bantuan (Thien et al., 2012).

Berbagai literasi menunjukkan bahwa *friendship quality* memainkan peran yang signifikan dalam kehidupan remaja. Pada penelitian Freitas et al., (2018) membuktikan bahwa remaja dengan kualitas persahabatan yang memadai menunjukkan penyesuaian sosial yang baik, rendahnya konflik dan terhindar dari kecemasan. Sejalan dengan penjelasan Ojanen et al., (2010) bahwa persahabatan membantu proses sosialisasi dan mengelola berbagai stres dan tekanan hidup. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pada siswa baru yang mengalami *homesickness* di masa transisinya, jalinan persahabatan yang berkualitas akan membantunya dalam menemukan sumber bantuan dalam mengelola berbagai emosi negatif dan keterikatan terhadap rumah. Mengacu pada pemaparan di atas maka penelitian ini bertujuan untuk menguji peran *self-compassion* dan *friendship quality* terhadap *homesickness* pada siswa baru di lingkungan pesantren.

## Metode

### Partisipan penelitian

Partisipan dalam penelitian adalah siswa baru di lingkungan pesantren di Kota Medan, Sumatera Utara dengan sampel penelitian sebanyak 193 siswa baru kelas VII berusia 12-13 tahun pada pesantren di Kota Medan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Penentuan jumlah sampel mengacu pada tabel Krejcie & Morgan (1970) dengan taraf kesalahan 5% dimana dengan jumlah populasi pada rentang 380-400 maka sampel yang dilibatkan sekitar 191-196 orang.

### Prosedur penelitian

Penelitian dimulai dari penelusuran sekolah/asrama yang akan dilibatkan dalam penelitian dan penentuan partisipan penelitian berdasarkan hasil diskusi dan kesepakatan dengan pengelola asrama. Selanjutnya dilakukan penyusunan alat ukur untuk diujicobakan. Pengambilan data menggunakan skala dengan *paper-based* melibatkan 193 siswa baru yang berada pada kelas 7 dengan rentang usia 12-13 tahun. Setelah data terkumpul maka dilakukan pengolahan data untuk menguji hipotesis penelitian. Secara keseluruhan, waktu yang digunakan dalam penelitian ini adalah 2 bulan.

### Instrumen penelitian

Metode pengumpulan data pada penelitian ini terdiri dari tiga skala, yaitu skala *self-compassion*, *friendship quality*, dan *homesickness*. Skala *self-compassion* dimodifikasi dari *self-compassion scale* (SCS) oleh Neff (2003), terdiri dari 3 aspek: *self-kindness vs self-judgement*, *common humanity vs isolation*, dan *mindfulness vs over-identification*. Proses modifikasi alat ukur ini menggunakan kerangka teoritis dan *item* yang relevan lalu dimodifikasi dengan cara menambahkan beberapa *item* baru yang bertujuan mengantisipasi kemungkinan gugurnya beberapa *item* pada skala asli. Setelah dilakukan uji coba, skala menghasilkan reliabilitas ( $\alpha$ ) sebesar 0.872 dengan daya diskriminasi *item* bergerak dari 0.360 – 0.582.

Adapun skala *friendship quality* dimodifikasi dari *friendship quality scale* (FQUA) oleh Thien et al., (2012) yang terdiri dari 4 dimensi: *safety*, *closeness*, *acceptance* dan *help*. Proses modifikasi alat ukur ini menggunakan kerangka teoritis dan *item* yang relevan lalu dimodifikasi dengan cara menambahkan beberapa *item* baru yang bertujuan mengantisipasi kemungkinan gugurnya beberapa *item* pada skala asli. Setelah dilakukan uji coba, skala menghasilkan reliabilitas ( $\alpha$ ) sebesar 0.888 dengan daya diskriminasi *item* bergerak dari 0.316 – 0.565.

Sementara itu skala *homesickness*, peneliti menyusun sendiri alat ukur yang terdiri dari 30 butir *item* mengacu pada 5 dimensi yang disusun oleh Stroebe et al., (2002) yaitu: merindukan rumah, merindukan teman, merenungkan rumah, merasa kesepian, kesulitan menyesuaikan diri di lingkungan yang baru. Setelah dilakukan uji coba, skala menghasilkan reliabilitas ( $\alpha$ ) sebesar 0.899 dengan daya diskriminasi *item* bergerak dari 0.301 – 0.679.

### **Analisis Data**

Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan regresi berganda untuk menguji peran *self-compassion* dan *friendship quality* terhadap *homesickness* melalui bantuan SPSS for Windows Release 24.0. Sebelum melakukan uji asumsi berupa uji normalitas, multikolinearitas, dan heteroskedasitas.

### **Hasil**

Pada penelitian ini hipotesis yang diajukan adalah terdapat peran *self-compassion* dan *friendship quality* terhadap *homesickness*. Sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti melakukan uji asumsi berupa uji normalitas, linearitas, multikolinearitas dan heteroskedasitas. Uji normalitas menggunakan uji Skewness dan Kurtosis dimana sebaran data berdistribusi normal jika nilai rasio *skewness* dan kurtosis berada di antara -1.96 hingga +1.96. Berdasarkan pengujian normalitas, menunjukkan bahwa nilai rasio *skewness* dan kurtosis ketiga variabel berada pada rentang -1.96 hingga +1.96 sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

Pada uji prasyarat berikutnya adalah uji linearitas yang menunjukkan bahwa variabel *self-compassion* dan *friendship quality* memiliki nilai signifikansi ( $p$ ) > 0.05 terhadap variabel *homesickness* sehingga dapat disimpulkan asumsi linieritas terpenuhi. Pada uji multikolinieritas menunjukkan bahwa nilai VIF sebesar 1.187 sehingga dapat dikatakan bahwa data penelitian memenuhi uji multikolinieritas. Adapun pada uji heteroskedasitas menunjukkan bahwa sebaran titik-titik pada grafik menyebar secara acak (*no systematic pattern*) di sekitar 0 sehingga uji heteroskedasitas terpenuhi.

Setelah melakukan uji asumsi, maka dilakukan uji hipotesa yang menunjukkan nilai  $F$  sebesar 16.699 dengan signifikansi 0,00 sehingga dapat disimpulkan bahwa *self-compassion* dan *friendship quality* secara simultan berperan terhadap *homesickness* pada siswa baru di lingkungan pesantren. Jika dilihat dari nilai  $R^2$  yang besarnya 0.249 menunjukkan bahwa besaran sumbangan efektif dari variabel *self-compassion* dan *friendship quality* terhadap *homesickness* yaitu 24,9%. Secara rinci, deskripsi uji hipotesa dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1**  
*Hasil Analisis Regresi Berganda*

Model	$R^2$	F	Sig
1	.249	31.649	.000b

### Diskusi

Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa *self-compassion* dan *friendship quality* secara bersama-sama berperan signifikan terhadap *homesickness*. Variabel *self-compassion* dan *friendship quality* berkontribusi sebesar 24,9% terhadap *homesickness*. Adapun 75,1% berasal dari pengaruh faktor-faktor atau variabel lain diluar dari kedua variabel independen penelitian tersebut.

*Homesickness* merupakan fenomena yang erat terjadi pada individu yang mengalami perpindahan dari lingkungan lekat seperti rumah menuju lingkungan baru. Stroebe et al., (2015) mendefinisikan *homesickness* sebagai emosi negatif yang muncul

akibat keterpisahan dengan rumah dan figur lekat yang ditandai dengan kerinduan terhadap rumah dan diiringi dengan kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Sebagian besar penelitian sebelumnya memusatkan kajian *homesickness* pada individu dewasa seperti seperti pekerja migran dan ekspatriat (Hack-Polay, 2012), mahasiswa perantauan (English et al., 2017), hingga tentara selama penempatan militer (Niziurski & Berntsen, 2019). Namun demikian kajian yang berfokus pada remaja masih cenderung terbatas sementara fenomena ini menjadi cukup krusial mengingat kemampuan mengelola emosi remaja yang masih belum cukup memadai seiring dengan perubahan fisik yang dialami pada fase tersebut sehingga perpisahan dengan lingkungan rumah dapat memicu gejala emosi dan kebingungan dalam hidupnya.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *homesickness* adalah *self-compassion*. *Self-compassion* didefinisikan sebagai keterbukaan diri dalam memaknai berbagai masalah yang terjadi dalam hidup yang mendorong individu untuk menerima dan meringankan masalah melalui kebaikan (Neff, 2003). *Self-compassion* mengacu pada 3 elemen yakni bersikap baik dan menyayangi semua kelebihan dan kekurangan diri (*self-kindness*), memaknai berbagai pengalaman baik dan buruk sebagai hal umum dan lumrah yang dialami oleh semua manusia (*common humanity*), dan kesadaran penuh terhadap realitas (*mindfulness*). Jika dikaitkan dalam konteks *homesickness*, individu dengan *self-compassion* yang memadai mampu merangkul berbagai emosi negatif yang muncul secara terbuka dan berupaya mengantisipasi berbagai tindakan yang tidak terarah pada situasi menekan. Sejalan dengan penjelasan Neff (2003) adanya *self-compassion* berperan sebagai pelindung dari berbagai reaksi negatif saat menghadapi masalah.

Hal ini didukung dengan beberapa penelitian yang membuktikan bahwa individu yang mengembangkan *self-compassion* dalam dirinya menunjukkan simptom depresi dan kecemasan yang lebih rendah (Bluth & Blanton, 2015) dan meningkatkan *subjective well-being* (Ikromi et al., 2019). Dalam konteks yang lebih spesifik, Terry et al. (2013) juga memaparkan bahwa *self-compassion* yang tinggi berperan dalam menurunkan intensitas *homesickness* pada siswa. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *self-compassion* berperan

dalam mereduksi berbagai emosi negatif seperti *homesickness* serta meningkatkan kesejahteraan psikologis pada remaja.

Faktor lain yang juga mempengaruhi *homesickness* berasal dari lingkungan eksternal dimana salah satunya adalah *friendship quality* (kualitas persahabatan). Sullivan (dalam Santrock, 2002) memaparkan bahwa pada fase remaja, kebutuhan psikologis untuk menjalin keterikatan dan keakraban yang erat antar teman sebaya meningkat dibandingkan dengan masa kanak-kanak. Persahabatan dalam konteks ini dimaknai sebagai jalinan ikatan emosional yang dibangun antar individu, ketersediaan bantuan dalam menyelesaikan berbagai masalah, penerimaan, keamanan dan kepercayaan dalam hubungan (Thien et al., 2012). Pada siswa yang mengalami *homesick*, persahabatan yang dijalin dengan teman sebaya dapat berperan dalam membangun afeksi yang sebelumnya diperoleh dari keluarga. Hal ini dipercaya dalam memberikan berbagai pandangan dan menyediakan pertolongan dalam menyelesaikan berbagai permasalahan termasuk didalamnya *homesickness*.

Hal ini dibuktikan dengan penelitian Kholilah & Baidun (2020) yang menemukan bantuan yang diperoleh siswa di lingkungan asrama dari sahabatnya akan meningkatkan ketangguhan dalam menghadapi problematika. Penelitian lainnya juga melaporkan bahwa individu dengan lingkaran pertemanan yang luas, terutama jika berasal dari latar belakang yang sama menunjukkan gejala *homesickness* yang rendah dan memiliki keterikatan yang positif dengan lingkungan barunya (Hendrickson et al., 2011).

Hasil penelitian ini dapat memberikan implikasi khususnya bagi siswa baru di lingkungan pesantren dimana *homesickness* dapat dikelola dengan baik melalui peningkatan *self-compassion*. Hal ini didukung oleh studi Ferrari et al. (2019) bahwa pelatihan *self-compassion* berpengaruh pada berbagai masalah, termasuk kecemasan. Di samping itu, jalinan yang dibangun dengan orang lain termasuk sahabat juga membantu mengurangi keterikatan dengan rumah dan meningkatkan koneksi sosial di lingkungan yang baru (Urani et al., 2003).

### Kesimpulan

Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa secara simultan *self-compassion* dan *friendship quality* mempengaruhi *homesickness* dengan sumbangan efektif 24,9%. Penelitian selanjutnya dapat mengkaji perbedaan *homesickness* pada siswa baru dan siswa lama serta berbagai faktor yang dapat mempengaruhi *homesickness* seperti gaya pengasuhan, intensitas kunjungan orang tua ke asrama, tipe kepribadian, dan peran orang dewasa sekitar seperti dukungan guru pengasuh. Siswa baru juga diharapkan mampu meningkatkan *self-compassion* dan menjalin persahabatan yang berkualitas dengan teman sebaya guna mengelola *homesickness* dan meningkatkan penyesuaian diri di lingkungan asrama.

### Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada DIPA PNBP Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan materil sehingga penelitian dan publikasi ini dapat terealisasi.

### Daftar Pustaka

- Biasi, V., Mallia, L., Russo, P., Menozzi, F., Cerutti, R., & Violani, C. (2018). Homesickness experience, distress and sleep quality of first-year university students dealing with academic environment. *Journal of Educational and Social Research*, 8(1). <https://doi.org/10.2478/jesr-2018-0001>
- Bluth, K., & Blanton, P. W. (2015). The influence of self-compassion on emotional well-being among early and older adolescent males and females. *Journal of Positive Psychology*, 10(3). <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.936967>
- Demetriou, E. A., Boulton, K. A., Bowden, M. R., Thapa, R., & Guastella, A. J. (2022). An evaluation of homesickness in children: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 297. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.09.068>
- English, T., Davis, J., Wei, M., & Gross, J. J. (2017). Homesickness and adjustment across the first year of college: A longitudinal study. *Emotion*, 17(1). <https://doi.org/10.1037/emo0000235>
- Ferrari, M., Hunt, C., Harrysunker, A., Abbott, M. J., Beath, A. P., & Einstein, D. A. (2019). Self-Compassion Interventions and Psychosocial Outcomes: a Meta-Analysis of RCTs. *Mindfulness*, 10(8). <https://doi.org/10.1007/s12671-019-01134-6>

- Fisher, S. (2016). Homesickness, cognition and health. In *Homesickness, Cognition and Health*. Lawrence Erlbaum Associates, Ltd. <https://doi.org/10.4324/9781315636900>
- Flynn, H. (2018). Friendships of Adolescence. In *The Blackwell Encyclopedia of Sociology*. John Wiley & Sons, Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781405165518>
- Freitas, M., Santos, A. J., Ribeiro, O., Pimenta, M., & Rubin, K. H. (2018). Friendship quality in adolescence and social adjustment in the peer group. *Análise Psicológica*, 36(2). <https://doi.org/10.14417/ap.1551>
- Hack-Polay, D. (2012). When Home Isn't Home – A Study of Homesickness and Coping Strategies among Migrant Workers and Expatriates. *International Journal of Psychological Studies*, 4(3). <https://doi.org/10.5539/ijps.v4n3p62>
- Hendrickson, B., Rosen, D., & Aune, R. K. (2011). An analysis of friendship networks, social connectedness, homesickness, and satisfaction levels of international students. *International Journal of Intercultural Relations*, 35(3), 281–295. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2010.08.001>
- Ikromi, Z. A., Diponegoro, A. M., & Tentama, F. (2019). Faktor psikologis yang mempengaruhi subjective well-being pada remaja yang tinggal di pondok pesantren. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 412–420.
- Játiva, R., & Cerezo, M. A. (2014). The mediating role of self-compassion in the relationship between victimization and psychological maladjustment in a sample of adolescents. *Child Abuse and Neglect*, 38(7). <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2014.04.005>
- Kemenag. (2022). *Statistik Pesantren*. <https://ditpdpontren.kemenag.go.id/pdpp>
- Kholilah, K., & Baidun, A. (2020). Pengaruh Quality of Friendship dan Subjective Well Being terhadap Hardiness Santri Pondok Pesantren Modern Al Amanah Al Gontory. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 8(1). <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v7i1.11159>
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3). <https://doi.org/10.1177/001316447003000308>
- Mariska, A. (2018). Pengaruh Penyesuaian Diri Dan Kematangan Emosi Terhadap Homesickness. *Psiko Borneo*, 6(3), 670–680.
- Neff, K. (2003). The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion. *Self and Identity*, 12(3), 278–290. <https://doi.org/10.1080/15298860309027>
- Neff, K. (2011). Self-Compassion: The Proven Power of Being Kind to Yourself. In *Harper Collins Publisher*. William Morrow.
- Niziurski, J. A., & Berntsen, D. (2019). Involuntary Versus Voluntary Episodic Memories: The Effects of Encoding Factors and Emotion. *Psychology of Consciousness: Theory*

- Research, and Practice*. <https://doi.org/10.1037/cns0000190>
- Ojanen, T., Sijtsema, J. J., Hawley, P. H., & Little, T. D. (2010). Intrinsic and extrinsic motivation in early adolescents' friendship development: Friendship selection, influence, and prospective friendship quality. *Journal of Adolescence*, 33(6). <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2010.08.004>
- Rahmayanti, F., Sugiharto, D. Y. P., & Sunawan. (2019). The Effect of Social Adjustment Mediation on Relationships Homesickness with The Happiness. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(943–957).
- Santrock, J. W. (2002). *Adolescents. Perkembangan Masa Hidup*. Erlangga.
- Stroebe, M., Schut, H., & Nauta, M. (2015). Homesickness: A systematic review of the scientific literature. *Review of General Psychology*, 19(2), 1–15. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1037/gpr0000037>
- Stroebe, M., Van Vliet, T., Hewstone, M., & Willis, H. (2002). Homesickness among students in two cultures: Antecedents and consequences. *British Journal of Psychology*, 93(2), 147–168. <https://doi.org/10.1348/000712602162508>
- Sun, J., Hagedorn, L., & Zhang, Y. L. (2016). Development Homesickness at college: Its impact on academic performance and retention. *Journal of College Student Development*, 57(8), 943–957. <https://doi.org/10.1353/csd.2016.0092>
- Sünbül, Z. A., & Çekici, F. (2018). Homesickness in the first year college students: The role of personality and attachment styles. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 4(3), 412–420. <https://doi.org/10.24289/ijsser.426764>
- Terry, M. L., Leary, M. R., & Mehta, S. (2013). Self-compassion as a Buffer against Homesickness, Depression, and Dissatisfaction in the Transition to College. *Self and Identity*, 12(3), 278–290. <https://doi.org/10.1080/15298868.2012.667913>
- Thien, L. M., Razak, N. A., & Jamil, H. (2012). Friendship Quality Scale: Conceptualization, Development and Validation. *AARE APERA International Conference*.
- Thomas, D. (2018). Factors that contribute to homesickness among students in Thailand. *Kasetsart Journal of Social Sciences*, 1–6. <https://doi.org/10.1016/j.kjss.2018.07.011>
- Thurber, C. A., Walton, E., Murray, R. D., Frankowski, B. L., Gereige, R. S., Mears, C. J., Roland, M. M., Young, T. L., Grant, L. M., Hyman, D., Magalnick, H., Monteverdi, G. J., Pattishall, E. G., LaCursia, N., Mazyck, D., Vernon-Smiley, M., Wallace, R., & Li, S. (2007). Preventing and treating homesickness. *American Academy of Pediatrics*, 119(1), 1–11. <https://doi.org/10.1542/peds.2006-2781>
- Urani, M. A., Miller, S. A., Johnson, J. E., & Petzel, T. P. (2003). Homesickness in Socially Anxious First Year College Students. *College Student Journal*, 37(3).

- Yasmin, M., & Daulay, D. A. (2017). Gambaran Homesickness pada Siswa Baru di Lingkungan Pesantren. *Psikologia: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 12(3), 165–173. <https://doi.org/10.32734/psikologia.v12i3.2260>
- Zulkarnain, Daulay, D. A., Yusuf, E. A., & Yasmin, M. (2019). Homesickness, locus of control and social support among first-year boarding-school students. *Psychology in Russia: State of the Art*, 12(2), 134–145. <https://doi.org/10.11621/pir.2019.0210>