

# The Relationship Between Self-Efficacy and Homesickness in New Students in the Islamic Boarding School Environment

Warisatul Fajrin<sup>1</sup>, Maya Yasmin<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang

Email: warisatulfajrin608@gmail.com

## ABSTRACT

*This study aims to determine the relationship between self-efficacy and homesickness in new students at Islamic boarding schools. This research is quantitative research with correlation data analysis of Product Moment. This research involved 322 new Islamic boarding school students in Agam Regency, West Sumatra using cluster random sampling technique. The scales used in this study are the General Self-efficacy Scale (GSES) belonging to Schwarzer (1995) and the homesickness scale which was self-compiled based on the theory of Stroebe et al. (2002). The results showed that there is a negative relationship between self-efficacy and homesickness in new students at Islamic boarding schools. So, to reduce homesickness in new students at Islamic boarding school, it is necessary to have a role of self-efficacy in new students.*

**Keywords:** *homesickness, Islamic boarding school, new students, self-efficacy*

---

## PENDAHULUAN

Pesantren merupakan lembaga pendidikan berbasis agama Islam yang mengkaji secara dalam ilmu agama Islam dan pengaplikasiannya dalam kehidupan keseharian serta penyelenggaraan pendidikan di pesantren menerapkan sistem asrama (Komariah, 2016). Siswa yang menempuh pendidikan agama Islam di pesantren disebut dengan santri. Kebijakan sistem asrama yang diberlakukan oleh pihak pesantren mengakibatkan siswa harus terpisah dengan lingkungan keseharian siswa seperti keluarga, lingkungan pertemanan lama dan kebiasaan sehari-hari yang sudah melekat pada dirinya serta menghadapi masa perpindahan menuju lingkungan baru (Yasmin et al., 2018). Perpindahan yang dialami oleh siswa baru berpotensi memunculkan permasalahan psikologis berupa kerinduan terhadap rumah atau yang dikenal dengan *homesickness* (Utami, 2015).

Menurut Stroebe et al. (2002) *homesickness* diartikan sebagai emosi negatif yang disebabkan oleh keterpisahan individu dari figur lekat dan rumah yang dianggap hilang selama masa perpindahan ke lingkungan baru ditandai dengan kerinduan yang mendalam akan segala hal terkait dengan rumah diiringi kesulitan atau depresi dalam beradaptasi dengan lingkungan baru.

Penelitian yang dilakukan oleh Shasra (2022) menyatakan bahwa siswa baru di pondok pesantren mengalami *homesickness* sebesar 68,6%. Yasmin et al. (2018) juga menyatakan sebanyak 81,41% santri mengalami *homesickness*. Hal serupa nyatanya juga ditemukan oleh English et al. (2017) di mana 94% santri mengalami *homesickness* pada tahun pertama perpindahan mereka ke asrama.

Hal ini sejalan dengan hasil wawancara pada 30 Januari 2023 dengan salah satu pihak pengasuh di pondok pesantren yang berlokasi di Kabupaten Agam. Ditemukan bahwasanya sebagian besar siswa baru sangat rentan terhadap berbagai permasalahan disebabkan kesulitan untuk melepaskan keterikatan dengan rumah yang berdampak pada kehidupan siswa baru di pesantren di mana salah satu yang menjadi sorotan adalah *homesickness*. Sebagian besar siswa baru mengaku tidak betah untuk tinggal di asrama yang kemudian menampilkan reaksi negatif seperti, menangis hampir sepanjang waktu, kesepian, tidak fokus saat belajar karena terus memikirkan rumah, menarik diri dari lingkungan sosial, hingga yang paling substansial adalah siswa baru melakukan percobaan melarikan diri dari pesantren.

Terdapat beberapa faktor yang berkontribusi terhadap kemunculan *homesickness* salah satunya adalah *self-efficacy* (Smith, 2007). *Self-efficacy* didefinisikan sebagai keyakinan individu terhadap kemampuan individu untuk melakukan tindakan yang diperlukan guna mencapai suatu tujuan (Bandura & Adams, 1977).

Alwisol (2004) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai penilaian terhadap diri individu terkait seberapa baik diri dapat berfungsi pada situasi tertentu.

Kondisi santri baru yang tinggal di asrama dan berada jauh dari keluarga menyebabkan mereka merasakan *homesick*. Perasaan rindu akan rumah ini apabila dibiarkan terus menerus maka akan berdampak pada timbulnya stres. Hal ini akan semakin parah apabila santri baru tidak memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri dalam mengatasi *homesickness*. Shal et al. (2011) menyatakan bahwasanya *self-efficacy* merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *homesickness*. Hal ini menunjukkan bahwasanya santri baru dengan keyakinan diri yang rendah akan berisiko lebih tinggi untuk mengalami *homesickness*.

*Self-efficacy* berhubungan dengan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya untuk mencapai suatu tujuan. Semakin tinggi tingkat *self-efficacy* yang dimiliki oleh individu maka akan semakin tinggi pula keyakinan terhadap diri terkait kemampuan dalam mencapai tujuan dan menghadapi tantangan yang ada. Sementara ketika berhadapan dengan situasi sulit, individu dengan *self-efficacy* yang rendah akan lebih rentan untuk bersikap pesimis atau mudah menyerah (Maryam, 2015).

Berdasarkan fenomena di atas mengenai *homesickness* dan *self-efficacy* menjadi dasar dalam penelitian ini di mana hipotesis peneliti ini adalah terdapat hubungan *self-efficacy* dengan *homesickness* pada siswa baru di lingkungan pesantren. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan *self-efficacy* dengan *homesickness* pada siswa baru di lingkungan pesantren.

## METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *self-efficacy* dan *homesickness*. Sampel dalam penelitian ini adalah 322 santri baru pondok pesantren yang ada di Kabupaten Agam Provinsi Sumatera Barat. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *cluster random sampling* atau yang dikenal dengan teknik sampling daerah yang digunakan untuk menentukan jumlah sampel yang akan dilibatkan dalam penelitian apabila sumber data sangat luas (Sugiyono, 2021).

Bentuk skala yang digunakan untuk mengukur variabel *self-efficacy* dan *homesickness* adalah model skala *Likert*. Penelitian ini menggunakan skala *self-efficacy* yang merupakan adaptasi dari *General Self-efficacy Scale* (GSES; Schwarzer & Jerusalem, 1995) yang diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Novrianto et al. (2019) GSES dikembangkan dari 3 aspek *self-efficacy* milik Bandura yaitu, *level* terkait dengan taraf kesulitan yang diyakini oleh individu untuk mampu mengatasinya, *generality* merupakan variasi dari situasi yang dinilai oleh individu mampu untuk diatasi, dan *strenght* mengacu kepada kekuatan dari *self-efficacy* yang ada pada diri individu ketika berhadapan dengan suatu permasalahan. Terdapat 10 item dan 5 pilihan jawaban, yaitu *sangat tidak sesuai*, *tidak sesuai*, *netral*, *sesuai*, *sangat sesuai*. Indeks daya diskriminasi skala *self-efficacy* berkisar antara 0,53–0,75 dengan nilai estimasi reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,89.

Skala *homesickness* yang digunakan dalam penelitian ini dirancang sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek *homesickness* yang dikemukakan dari oleh Stroebe et al. (2002) dengan jumlah item 27 dan terdapat 5 pilihan jawaban yaitu *sangat sering*, *sering*, *netral*, *kadang-kadang*, dan *tidak pernah*. Indeks daya diskriminasi skala *self-efficacy* berkisar antara 0,26–0,51 dengan nilai estimasi reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,77.

Dalam penelitian ini metode analisis data menggunakan bantuan *SPSS 22 for Windows*. Tahap awal analisis data adalah dengan melakukan uji asumsi yaitu dengan uji normalitas dan linearitas. Setelah dilakukan uji asumsi selanjutnya dilakukan uji hipotesis dengan teknik korelasi *Pearson Product Moment* untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan *homesickness* pada santri baru di pesantren. Berikut merupakan hasil uji reliabilitas skala *self-efficacy* dan *homesickness*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara *self-efficacy* dengan *homesickness* pada santri baru di pesantren. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara variabel *self-efficacy* dan *homesickness*. Sebelum melakukan uji hipotesis peneliti terlebih dahulu melakukan uji

asumsi berupa uji normalitas dan linearitas. Ghozali (2016) menjelaskan uji normalitas bertujuan untuk melihat apakah distribusi data bersifat normal atau tidak. Data yang bersifat normal apabila memiliki nilai signifikansi di atas 5% atau 0,05.

Penelitian ini menggunakan uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* untuk melihat apakah distribusi data bersifat normal atau tidak. Hasil analisis *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan bahwa variabel *self-efficacy* ( $p = 0,20$ ) dan *homesickness* ( $p = 0,20$ ) terdistribusi normal.

Uji linearitas bertujuan untuk melihat apakah variabel yang digunakan di dalam penelitian bersifat linear atau tidak dengan melihat taraf signifikansi apabila  $> 0,05$  maka data bersifat linear (Ghozali, 2016). Hasil analisis uji linearitas menunjukkan bahwa kedua variabel bersifat linear ( $p = 0,384$ ).

Berdasarkan hasil analisis korelasi antara *self-efficacy* dengan *homesickness* dengan jumlah sampel penelitian 322 siswa baru pesantren yang ada di Kabupaten Agam, maka diperoleh nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar  $= -0.32$  ( $p < 0,05$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-efficacy* dengan *homesickness* pada santri baru pesantren di Kabupaten Agam Sumatera Barat, di mana semakin tinggi tingkat *self-efficacy* santri baru maka semakin rendah tingkat *homesickness* pada siswa baru. Sebaliknya semakin rendah tingkat *self-efficacy* santri baru maka akan semakin tinggi tingkat *homesickness* yang dialaminya.

Stroebe et al. (2002) menyatakan bahwa *homesickness* merupakan keadaan emosi negatif yang timbul karena terpisahnya individu dengan lingkungan rumah yang ditandai dengan kesulitan dalam menyesuaikan diri dan kerinduan yang mendalam akan rumah. *Homesickness* dapat menimbulkan efek negatif yang berkaitan dengan fisik maupun psikologis. *Homesickness* dapat menimbulkan permasalahan dikarenakan individu tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dan memiliki pemikiran yang kuat terhadap rumah. Perpindahan ke lingkungan baru sering dikaitkan dengan tekanan di mana *self-efficacy* dapat memainkan peran penting dalam manifestasi dan mengatasi perasaan tertekan ini (Van Tilburg et al., 1997).

Bandura dan Adams (1977) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai sebuah bentuk keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya yang dapat mempengaruhi individu dalam bereaksi dengan kondisi tertentu. Individu yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi terhadap kemampuan dirinya akan lebih optimis dan berupaya untuk menciptakan keterlibatan aktif dirinya dengan lingkungan sekitarnya jika dibandingkan dengan individu dengan tingkat kepercayaan diri yang rendah.

Individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi di dalam dirinya akan memandang sebuah masalah sebagai suatu tugas yang harus ditaklukkan dengan berupaya melibatkan dirinya secara aktif dalam mengerjakan dan bertanggung jawab penuh terhadap tugas kemudian. Apabila berhadapan dengan kegagalan, individu dengan *self-efficacy* yang tinggi akan lebih cepat bangkit dari keterpurukan. Santri baru yang memiliki kepercayaan akan dirinya lebih cenderung melihat situasi sulit sebagai sebuah tantangan daripada ancaman dan melaporkan lebih sedikit mengalami stres serta memiliki kemampuan adaptasi yang lebih baik (Arefi & Jan, 2016).

Individu dengan tingkat *self-efficacy* yang rendah, alih-alih terlibat aktif dalam mengerjakan suatu tugas yang menantang, ia justru lebih memilih untuk menghindarinya, merasa tugas dan situasi yang berat tidak sepadan dengan kemampuan dirinya serta sulit untuk mendapatkan kepercayaan dirinya kembali setelah melalui kegagalan (Lianto, 2019). Pendapat ini juga sejalan dengan apa yang disampaikan oleh Singh et al. (2009) yang mengemukakan bahwa *self-efficacy* merupakan salah satu poros dari sifat manusia yang dominan mempengaruhi perilaku.

Bandura dan Adams (1977) juga menyatakan bahwa *self-efficacy* mempengaruhi pilihan aktivitas, usaha yang dilakukan individu untuk menyelesaikan tugas ataupun permasalahan yang dihadapi. Individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi akan mampu dalam merancang serta melakukan upaya-upaya yang semakin mendekatkannya pada tujuan. Chemers et al. (dalam Arefi & Jan, 2016) menemukan bahwa *self-efficacy* merupakan prediktor yang kuat dalam menyesuaikan diri dengan kehidupan di lingkungan baru. Siswa baru yang pada dirinya terdapat *self-efficacy* yang lebih tinggi akan sangat membantu mereka dalam mengatur dan mengendalikan situasi serta dapat melindungi diri mereka sendiri dari berbagai permasalahan mental.

Yusoff (2012) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dan *homesickness* di mana rasa *self-efficacy* akan mengakibatkan menurunnya kerinduan terhadap rumah.

Bandura (dalam D'Lima et al., 2014) menekankan *self-efficacy* sebagai sifat yang mempengaruhi adaptasi seseorang ketika menghadapi perubahan, di mana *self-efficacy* akan menentukan signifikansi diri selama tahun pertama kepindahan ke lingkungan baru.

## KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, temuan penelitian ini sejalan dengan tujuan penelitian yang telah diantisipasi sebelumnya oleh penulis, yaitu untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan *homesickness* pada siswa baru di pesantren. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dan *homesickness* pada siswa baru di pesantren.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan pengetahuan kepada santri baru terkait hubungan antara *self-efficacy* dan *homesickness* serta bagaimana upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi perasaan rindu akan rumah salah satunya dengan meningkatkan perasaan *self-efficacy* di dalam diri siswa baru yaitu dengan mengelola pikiran emosi selanjutnya mencari dukungan dari lingkungan.

Selain itu kepada pihak terkait seperti pihak pengasuh pondok, guru diharapkan untuk dapat menjadi fasilitator bagi para siswa agar siswa merasa nyaman tinggal di pesantren serta membantu siswa untuk dapat meningkatkan *self-efficacy* agar *homesickness* yang dialami oleh siswa mampu untuk dicegah dan diatasi, sehingga tidak akan mempengaruhi kehidupan dan aktivitas akademik siswa di pesantren.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2004). *Psikologi kepribadian*. UMM Press.
- Arefi, M., & Jan, R. G. S. (2016). Relationship between homesickness, self-efficacy, and achievement motivation among non-native students of Urmia University of Medical Sciences. *IICEDubai2016 Conference Proceedings*. <https://papers.iafor.org/submission22844/>
- Bandura, A., & Adams, N. E. (1977). Analysis of self-efficacy theory of behavioral change. *Cognitive Therapy and Research*, 1(4), 287–310. <https://doi.org/10.1007/BF01663995>
- D'Lima, G. M., Winsler, A., & Kitsantas, A. (2014). Ethnic and gender differences in first-year college students' goal orientation, Self-Efficacy, and extrinsic and intrinsic motivation. *Journal of Educational Research*, 107(5), 341–356. <https://doi.org/10.1080/00220671.2013.823366>
- 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), 1–5. <https://doi.org/10.1037/emo0000235>
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 23* (8th ed.). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Komariah, N. (2016). Pondok pesantren sebagai role model pendidikan bersistem full day school. *Hikmah: Jurnal Pendidikan Islam*, 5(2), 183–198. <https://doi.org/10.55403/hikmah.v5i2.30>
- Lianto. (2019). Self-efficacy: A brief literature review. *Jurnal Manajemen Motivasi*, 15(2), 55–61. <https://doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409>
- Maryam, S. (2015). *Self efficacy anak didik masyarakat di Lapas anak kelas IIA Blitar* [Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/1236/>
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized self-efficacy scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston (Eds.), *Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs* (pp. 35–37). NFER-NELSON.
- Shal, R. S., Sharbaf, H. A., Abdekhodae, M. S., Masoleh, S. M. K., & Salehi, I. (2011). Survey the relationship between attachment style and general self efficacy with homesickness among college students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 538–541. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.105>
- Shasra, S. F. (2022). Gambaran homesickness siswa baru di pondok pesantren. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 9(4), 1247–1252. <https://doi.org/10.31604/JIPS.V9I4.2022.1247-1252>
- Singh, Bhardwaj, T. D., & Bhardwaj, G. (2009). Effect of self-efficacy on the performance of athletes. *Journal of Exercise Science and Physiotherapy*, 5(2), 110–114. <http://www.efha.in/wp-content/uploads/2015/01/JESP-5-110.pdf>
- Smith, G. (2007). *Effects of self-efficacy and self-esteem on homesickness and college adjustment*. <https://eric.ed.gov/?id=ED497507>
- 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>
- Sugiyono. (2021). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (3rd ed.). Alfabeta.
- Utami, L. S. S. (2015). Teori-teori adaptasi antar budaya. *Jurnal Komunikasi*, 7(2), 180–197.  
<https://doi.org/10.24912/JK.V7I2.17>
- Van Tilburg, M. A. L., Vingerhoets, A. J. J. M., & Van Heck, G. L. (1997). Coping with homesickness: The construction of the adult homesickness coping questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 22(6), 901–907. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(97\)00010-X](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(97)00010-X)
- Yasmin, M., Zulkarnain, & Daulay, D. A. (2018). Gambaran homesickness pada siswa baru di lingkungan pesantren. *Psikologia: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 12(3), 165–172.  
<https://doi.org/10.32734/psikologia.v12i3.2260>
- Yusoff, Y. M. (2012). Self-efficacy, perceived social support, and psychological adjustment in international undergraduate students in a public higher education institution in Malaysia. *Journal of Studies in International Education*, 16(4), 353–371. <https://doi.org/10.1177/1028315311408914>