

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Homesickness*

1. Pengertian *Homesickness*

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) *homesickness* atau *homesick* memiliki arti rindu, atau hendak pulang kampung.²³ *Homesickness* merupakan perasaan tidak nyaman yang muncul ketika individu jauh dari rumah, di mana ia merasa sulit menyesuaikan diri dengan tempat barunya dan selalu mengingat kebiasaan serta suasana di rumah. Perasaan ini membuat orang tersebut merindukan kehidupan lamanya dan mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan yang baru.²⁴

Menurut Thurber dan Walton *homesickness* adalah tekanan atau gangguan yang muncul akibat perpisahan yang telah terjadi atau yang diperkirakan akan terjadi dari rumah.²⁵ Fisher mendefinisikan *Homesickness* sebagai suatu kondisi psikologis kompleks yang dialami seseorang ketika ia berada jauh dari lingkungan yang dianggap aman dan nyaman.²⁶ Kondisi ini melibatkan proses emosi dan pikiran yang mendalam, di mana individu terus-menerus mengingat rumahnya, memiliki keinginan kuat untuk kembali, serta mengalami perasaan sedih mendalam.

Pada tahap lanjut, *homesickness* dapat menimbulkan gejala depresi dan bahkan mempengaruhi kondisi fisik melalui gejala psikosomatis, yang semuanya muncul akibat sulitnya beradaptasi dengan lingkungan baru. Sebagian besar orang, sekitar setengah hingga tujuh puluh persen, pernah mengalami *homesickness* setidaknya satu kali sepanjang

²³Kamus Besar Bahasa Indonesia. Online (Diakses pada tanggal 11 Desember 2024).

²⁴Mita Lestari. Hubungan Antara *Sense of Belonging* Dengan *Homesickness* Pada Siswa Baru di Pondok Pesantren. *Jurnal Psikologi Islam*. Vol. 12, No.1, 2021.

²⁵ Christopher A. Thurber & Edward A. Walton. *Homesickness and Adjustment in University Students*. *Journal of American College Health*. Vol. 60, No. 5. 2012.

²⁶ Masyitah Rahmi, dkk. Gambaran *Homesickness* Pada Santri Baru Di Pondok Pesantren. *Jurnal Penelitian Psikologi*. Vol.1, No.2, 2023.

hidupnya, dan pengalaman ini dapat mengganggu aktivitas dan kemampuan mereka dalam menjalani kehidupan sehari-hari.²⁷

Homesickness memiliki dampak negatif bagi individu, menurut Mozafarinia & Tavafian *homesickness* dapat membuat pelajar mengalami penurunan motivasi belajar, dibarengi dengan munculnya pikiran-pikiran negatif yang mendalam.²⁸ Kondisi ini berpotensi memicu stres berkepanjangan, menimbulkan frustrasi, meningkatkan emosi negatif, hingga menurunkan semangat hidup secara signifikan. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa fenomena ini umum terjadi pada siswa pesantren, yang dapat memberikan dampak buruk terhadap performa akademik dan aktivitas non-akademik mereka.

Kagel juga menyatakan bahwa tingkat *homesickness* individu sangat dipengaruhi oleh kondisi emosi pribadinya.²⁹ Individu dengan kematangan emosi yang baik cenderung lebih mampu mengendalikan perasaan rindu dan kesedihan saat jauh dari rumah, sehingga mereka akan lebih mudah beradaptasi. Sebaliknya, orang yang memiliki kematangan emosi rendah akan lebih sulit mengatasi perasaan kehilangan dan kesepian, yang pada akhirnya membuat mereka mengalami *homesickness* yang lebih intensif.

Dari beberapa penjelasan menurut beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa *homesickness* adalah gangguan emosional yang terjadi ketika seseorang harus meninggalkan lingkungan tempat tinggal asalnya dan pindah ke tempat yang baru. Kondisi ini membuat individu mengalami pergolakan perasaan akibat terpisah dari suasana dan kehidupan lamanya yang dianggap nyaman.

²⁷ Muhammad Firdaus. Hubungan Self Compassion Dengan Homesickness Pada Siswa Baru Di Pondok Pesantren. *Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*. Vol. 9, No. 4, 2022.

²⁸ Asti Mariska. Pengaruh Penyesuaian Diri dan Kematangan Emosi Terhadap *Homesickness*. *Jurnal Psikoborneo*. Vol.6, No.3, 2018.

²⁹ Nabila Silva Fahira. *Homesickness* Pada Remaja Akibat Kurangnya Dukungan Sosial Dari Orang Tua. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*. Vol.12, No.2, 2022.

2. Aspek-Aspek *Homesickness*

Menurut Thurber dan Walton *homesickness* memiliki empat aspek yaitu³⁰

a. Aspek Emosi

Saat berada di lingkungan yang baru, individu akan mengalami perubahan emosional. Emosi-emosi tersebut akan muncul dengan berbagai resiko yang akan membuat individu merasakan keresahan di dalam hati. Emosi negatif akan muncul dengan rasa ketidakpuasan individu dalam menghadapi lingkungan baru. Individu akan merasa emosi tidak stabil seperti marah dan benci saat lingkungan yang ditempati tidak sesuai dengan harapan. Individu tersebut akan merasa kesepian, stress, depresi, bahkan gangguan kecemasan.

b. Aspek Fisik/Somatik

Individu yang mengalami *homesickness* akan merasa kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dan cenderung sulit berinteraksi dengan orang-orang yang baru dikenalnya karena merasa tidak nyaman. Secara fisik, kondisi ini dapat menimbulkan berbagai gangguan kesehatan seperti sulit tidur (*insomnia*), kehilangan nafsu makan, mengalami masalah pencernaan, menurunnya sistem kekebalan tubuh, dan bahkan berisiko terkena diabetes.

c. Aspek Sosial

Dalam aspek sosial, individu mungkin mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri di lingkungan baru dan berinteraksi dengan orang-orang di sekitarnya. Akibatnya, individu tersebut cenderung menarik diri dari lingkungan sekitar, seperti kos atau asrama, serta dari sekolah, yang mengakibatkan tidak terjalinnya pertemanan yang dekat.

d. Aspek Kognitif

Ciri-ciri individu yang mengalami *homesickness* termasuk kesulitan dalam berkonsentrasi. Kesulitan ini muncul karena pikiran

³⁰ Christopher A. Thurber & Edward A. Walton. *Homesickness and Adjustment in University Students*. *Journal of American College Health*. Vol. 60, No. 5. 2012.

mereka terus-menerus terfokus pada rumah. Selain itu, mereka juga mungkin mengalami gangguan memori, perilaku yang cenderung neurotik, dan isolasi sosial.

3. Faktor yang Mempengaruhi *Homesickness*

Thurber dan Walton juga menyatakan bahwa faktor yang menyebabkan individu mengalami *homesickness* yaitu:³¹

- a. Faktor Pengalaman, individu yang belum pernah jauh dari keluarga, mereka akan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri, yang bisa menyebabkan perasaan *homesickness*.
- b. Keterikatan yang kuat terhadap pengasuh atau orang tua membuat individu sangat bergantung, sehingga menyulitkan mereka untuk hidup secara mandiri.
- c. Kontrol diri yang rendah dapat menjadi masalah. Oleh karena itu, kontrol diri sangat penting untuk membantu individu dalam membuat keputusan.
- d. *Preseparation* adalah sikap negatif, yaitu sikap acuh tak acuh terhadap diri sendiri maupun orang lain.
- e. Pemutusan hubungan sosial dengan lingkungan sekitar
- f. Perubahan budaya dan lingkungan yang besar membuat seseorang perlu menyesuaikan diri dengan budaya dan kebiasaan baru di sekitarnya.

4. Dampak *Homesickness* Pada Kesehatan Mental

Homesickness, adalah kondisi umum yang dialami oleh orang yang jauh dari rumah dalam waktu lama, dan dapat berdampak signifikan pada kesehatan mental dan fisik. Adapun dampak *homesickness* bagi kesehatan mental sebagai berikut:³²

- a. Stress dan Kecemasan

Homesickness dapat meningkatkan stres dan kecemasan. Perubahan lingkungan, kebiasaan, dan rutinitas dapat membuat

³¹ Christopher A. Thurber & Edward A. Walton. *Homesickness and Adjustment in University Students*. Journal of American College Health. Vol. 60, No. 5. 2012.

³² Dinda Afriliia & Mhd. Fuad Zaini Siregar. Pengaruh *Homesickness* Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Rantau. *Jurnal Studi Islam Indonesia (JSII)*. Vol.2, No.1, 2024.

seseorang merasa tidak nyaman dan tertekan. Kecemasan ini sering muncul karena ketidakpastian tentang masa depan, merasa tidak mampu menghadapi situasi baru, dan khawatir tentang keberhasilan di bidang akademis dan sosial. Gejala stres dan kecemasan meliputi detak jantung yang cepat, kesulitan bernapas, keringat berlebihan, gemetar, dan perasaan gelisah yang berkepanjangan. Dampaknya dalam kehidupan sehari-hari termasuk kesulitan berkonsentrasi, mudah marah, dan kesulitan dalam membuat keputusan.

b. Depresi

Perasaan kesepian yang muncul akibat *homesickness* bisa berkembang menjadi depresi jika tidak ditangani dengan baik. Depresi adalah kondisi serius yang memengaruhi perasaan, cara berpikir, dan kemampuan seseorang dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Gejala depresi meliputi perasaan putus asa, kehilangan minat pada kegiatan yang sebelumnya disukai, perubahan pola makan (baik makan berlebihan atau kehilangan nafsu makan), perubahan pola tidur (seperti insomnia atau tidur terlalu banyak), kelelahan, dan kesulitan berkonsentrasi

c. Penurunan Kualitas Tidur

Stres emosional yang lama akibat *homesickness* akan mengganggu pola tidur yang mengakibatkan insomnia atau tidur yang tidak berkualitas. Hal ini juga mengakibatkan kesulitan konsentrasi dan penurunan daya ingat.

d. Penurunan Kinerja Akademis

Kesulitan berkonsentrasi dan kehilangan motivasi untuk belajar adalah dampak umum dari *homesickness*. Ketidakmampuan untuk fokus pada tugas akademis dan menurunnya motivasi untuk ikut serta dalam kegiatan belajar dapat menyebabkan penurunan prestasi akademis. Kehilangan motivasi ini bisa berupa perasaan putus asa atau apatis terhadap studi dan aktivitas akademis, yang dapat mengakibatkan penundaan serta kinerja yang buruk dalam ujian dan tugas.

e. Masalah Kesehatan Fisik

Stres yang berkepanjangan akibat *homesickness* memiliki dampak yang signifikan tidak hanya pada kesehatan mental, tetapi juga pada kesehatan fisik. Ketika tubuh terus-menerus terpapar stres, berbagai masalah kesehatan fisik dapat muncul. Salah satunya adalah sakit kepala, yang sering kali disebabkan oleh ketegangan dan stres yang berkepanjangan. Selain itu, gangguan pencernaan juga dapat terjadi, seperti sakit perut, diare, atau sembelit, yang semuanya berkaitan dengan kondisi stres. Individu yang mengalami *homesickness* sering merasakan kelelahan kronis, yaitu perasaan lelah yang tidak kunjung hilang meskipun sudah cukup beristirahat, sebagai akibat dari tekanan emosional yang terus-menerus.

5. Pencegahan Homesickness

Upaya pencegahan dan tindakan yang dilakukan sebelum memasuki lingkungan baru sangat penting karena dapat membentuk sikap dan meningkatkan keterampilan dalam menghadapi masalah. Menurut Thurber & Walton ada beberapa strategi yang dapat dilakukan sebagai upaya pencegahan terhadap *homesickness* yaitu:³³

- a. Membuat rencana dan waktu untuk tetap terhubung dengan rumah. Dengan mengirim pesan, atau melakukan telepon, melakukan obrolan video, dan mengunjungi secara langsung bisa menjadi bagian dari hubungan yang baik dengan teman-teman dan pengasuh utama. Koneksi seperti ini membantu dalam penyesuaian yang positif dan sangat penting untuk dibicarakan oleh orang tua dan siswa sebelum tahun ajaran dimulai.
- b. Mulai kontak sosial sebelum hari pertama sekolah. Siswa baru yang merasa terhubung secara sosial saat tiba akan lebih sedikit merasakan

³³ Christopher A. Thurber & Edward A. Walton. Homesickness and Adjustment in University Students. *Journal of American College Health*. Vol. 60, No. 5. 2012.

- rindu rumah dan lebih mungkin merasa didukung ketika merasakan kerinduan yang biasa terjadi.
- c. Memilih gaya hidup yang sehat. Mengatasi masalah dan beradaptasi dengan baik tak lupa juga untuk mengatur jam tidur dengan baik.
 - d. Memberikan informasi kepada siswa baru mengenai dukungan dari teman sebaya dan profesional yang ada di sekitaran lembaga tersebut.
 - e. Mengajak seluruh siswa untuk menganggap wajar perasaan *homesickness* dan menyertakan orang tua untuk membahas tentang kekhawatiran tentang waktu yang dihabiskan jauh dari rumah.

B. Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri memiliki makna “adaptasi” yang memungkinkan suatu entitas untuk tetap bertahan dan mempertahankan keberadaannya, atau “*survive*” untuk memperoleh kesejahteraan jasmani dan rohani dan dapat menjalin hubungan yang memadai dengan tuntutan sosial.³⁴ Menurut Schneider penyesuaian diri merupakan proses ketika individu berusaha mengatasi kebutuhan dalam diri, ketegangan, frustrasi dan konflik untuk mendapatkan keselarasan antara tuntutan lingkungan dimana individu tersebut itu tinggal dengan tuntutan dalam diri sendiri.³⁵

Dalam upaya mencapai keselarasan individu harus bisa mengenali dan memahami perasaan, keinginan, serta nilai-nilai yang ada dalam diri mereka. Dengan demikian, penyesuaian diri tidak hanya bertujuan untuk mengurangi stres atau kekecewaan, tetapi juga untuk menciptakan keseimbangan yang terus-menerus antara individu dan lingkungan di sekitarnya.

Penyesuaian diri adalah suatu proses individu mencapai suatu keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan menyesuaikan lingkungannya.³⁶ Sama halnya yang di jelaskan oleh Desmita bahwa

³⁴ Vevy Liansari, *Perkembangan Peserta Didik*. (Sidoarjo: UMSIDA PRESS, 2023), 75

³⁵ Nur Ghufon & Runu Risnawati S. *Teori-Teori PSIKOLOGI*. (Jogjakartas: Ar-Ruzz Media, 2010), 50

³⁶ Ibid, Hal. 76

penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup proses mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan dalam dirinya, ketegangan, konflik, dan frustrasi yang dialami oleh dirinya sendiri.³⁷

Dari pendapat para ahli yang telah disampaikan, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses adaptasi yang penting bagi individu untuk bertahan dan mencapai kesejahteraan baik secara jasmani maupun rohani. Proses ini melibatkan usaha individu untuk mengatasi kebutuhan, ketegangan, frustrasi, dan konflik yang muncul dalam diri mereka, sehingga dapat mencapai keselarasan antara tuntutan lingkungan dan tuntutan internal.

2. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders ada lima aspek penyesuaian diri yaitu:³⁸

a. Pengakuan (*Recognition*)

Pengakuan adalah tindakan menghormati dan menerima hak-hak orang lain. Individu mampu menghargai hak-hak orang lain yang berbeda dari dirinya sendiri untuk mencegah terjadinya konflik sosial.

b. Partisipasi (*Participacion*)

Partisipasi berarti terlibat dalam hubungan sosial. Setiap individu perlu mampu mengembangkan dan memelihara hubungan persahabatan. Seseorang yang tidak dapat membangun relasi dengan orang lain dan cenderung menutup diri akan mengalami penyesuaian diri yang kurang baik.

c. Persetujuan Sosial (*Social Approval*)

Persetujuan sosial adalah ketertarikan dan kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain. Dalam hal ini, individu harus peka terhadap masalah dan kesulitan yang dihadapi oleh orang-orang di sekitarnya serta bersedia untuk membantu meringankan beban yang mereka alami.

³⁷ Enis Prastiwi, Vera Imanti. Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru IAIN Surakarta Dalam Menempuh Pembelajaran Online di Tahun Pertama Perkuliahan Selama Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Islamic Psychology*. Vol.4, No.1, 2022.

³⁸ Sitti Rahmah, Ika Amalia, Widi Astuti. Gambaran Penyesuaian Diri Pada Siswa Kelas 1 Di Dayah Terpadu Al-Muslimin. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*. Vol.1, No.4, 2023.

d. Altruisme (*Altruism*)

Altruisme adalah sifat yang rendah hati dan tidak mementingkan diri sendiri. Seseorang perlu mengembangkan rasa saling membantu dan mengutamakan kepentingan orang lain, yang merupakan nilai dari penyesuaian moral yang baik.

e. Kesesuaian (*Conformity*)

Kesesuaian berarti menghormati dan mematuhi nilai-nilai integritas hukum, tradisi, dan kebiasaan. Seseorang perlu memiliki kesadaran yang tinggi untuk mematuhi dan menghargai peraturan serta tradisi yang berlaku di lingkungan tempat tinggalnya agar dapat diterima dengan baik oleh masyarakat sekitarnya.

3. Faktor-Faktor Penyesuaian Diri

Schneidres menyatakan ada beberapa faktor penyesuaian diri yaitu:

a. Kondisi Fisik

Kondisi fisik individu adalah faktor yang berhubungan dengan penyesuaian diri, karena keadaan tubuh yang sehat merupakan syarat untuk mencapai penyesuaian diri yang baik. Adanya cacat fisik dan penyakit kronis dapat menjadi penghalang bagi individu dalam melakukan penyesuaian diri.

b. Perkembangan dan Kematangan

Bentuk penyesuaian diri individu bervariasi di setiap tahap perkembangan. Seiring dengan pertumbuhannya, individu akan meninggalkan perilaku anak-anak dalam merespons lingkungan. Hal ini tidak hanya disebabkan oleh proses pembelajaran, tetapi juga karena individu menjadi lebih dewasa. Kematangan individu dalam aspek intelektual, sosial, moral, dan emosional memengaruhi cara individu melakukan penyesuaian diri.

c. Keadaan Psikologis

Kesehatan mental yang baik adalah syarat untuk mencapai penyesuaian diri yang optimal, sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya frustrasi, kecemasan, dan gangguan mental dapat menyebabkan hambatan dalam penyesuaian diri. Kondisi mental yang

positif akan mendorong individu untuk memberikan respons yang sesuai dengan dorongan internal serta tuntutan dari lingkungan sekitarnya.

d. Kondisi Lingkungan

Kesehatan mental yang baik adalah syarat untuk mencapai penyesuaian diri yang optimal, sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya frustrasi, kecemasan, dan gangguan mental dapat menyebabkan hambatan dalam penyesuaian diri. Kondisi mental yang positif akan mendorong individu untuk memberikan respons yang sesuai dengan dorongan internal serta tuntutan dari lingkungan sekitarnya.

e. Keadaan Kultur dan Agama

Religiusitas adalah faktor yang menciptakan suasana psikologis yang dapat membantu mengurangi konflik, frustrasi, dan ketegangan mental lainnya. Religiusitas memberikan nilai dan keyakinan, sehingga individu memiliki makna, tujuan, dan stabilitas hidup yang diperlukan untuk menghadapi tuntutan dan perubahan yang terjadi dalam hidup mereka.

C. Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel bebas (*independen*), merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel terikat (*dependen*).³⁹ Variabel ini sering disebut sebagai variabel *stimulus*, *prediktor*, *antecedent*. Variabel bebas yang ada dalam penelitian ini yaitu Penyesuaian Diri.
2. Variabel terikat (*dependen*), merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi suatu akibat karena adanya variabel bebas (*independen*). Variabel ini sering disebut sebagai variabel output, kriteria, konsekuen. Variabel terikat yang ada dalam penelitian ini yaitu *Homesickness*.

³⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. (Bandung: Penerbit ALFABETA, 2013), 38

D. Kerangka Teoritis

Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan yang memiliki karakteristik unik, di mana santri tinggal dan belajar agama Islam. Proses adaptasi di lingkungan baru sering kali menimbulkan perasaan *homesickness*, yang dapat memengaruhi kesehatan mental dan akademik santri. Menurut Thurber dan Walton *homesickness* adalah tekanan atau gangguan yang muncul akibat perpisahan yang telah terjadi atau yang diperkirakan akan terjadi dari rumah.⁴⁰ Santri yang mengalami *homesickness* sering kali menunjukkan gejala seperti kehilangan minat dalam belajar, merasa cemas, dan mengalami kesulitan beradaptasi. Hal ini dapat berdampak negatif pada kesehatan mental dan akademik mereka.

Homesickness dapat menyebabkan perubahan emosional yang signifikan, termasuk keresahan, ketidakpuasan, dan emosi negatif seperti kemarahan dan kebencian, yang berpotensi mengarah pada kesepian, stres, dan depresi. Secara fisik, individu yang mengalami *homesickness* mungkin menghadapi kesulitan menyesuaikan diri, yang dapat mengakibatkan insomnia, kehilangan nafsu makan, gangguan pencernaan, dan penurunan sistem kekebalan tubuh. Dalam aspek sosial, individu cenderung menarik diri dari lingkungan sekitar, menghambat pembentukan pertemanan yang dekat. Selain itu, secara kognitif, *homesickness* dapat menyebabkan kesulitan berkonsentrasi, gangguan memori, perilaku neurotik, dan isolasi sosial.

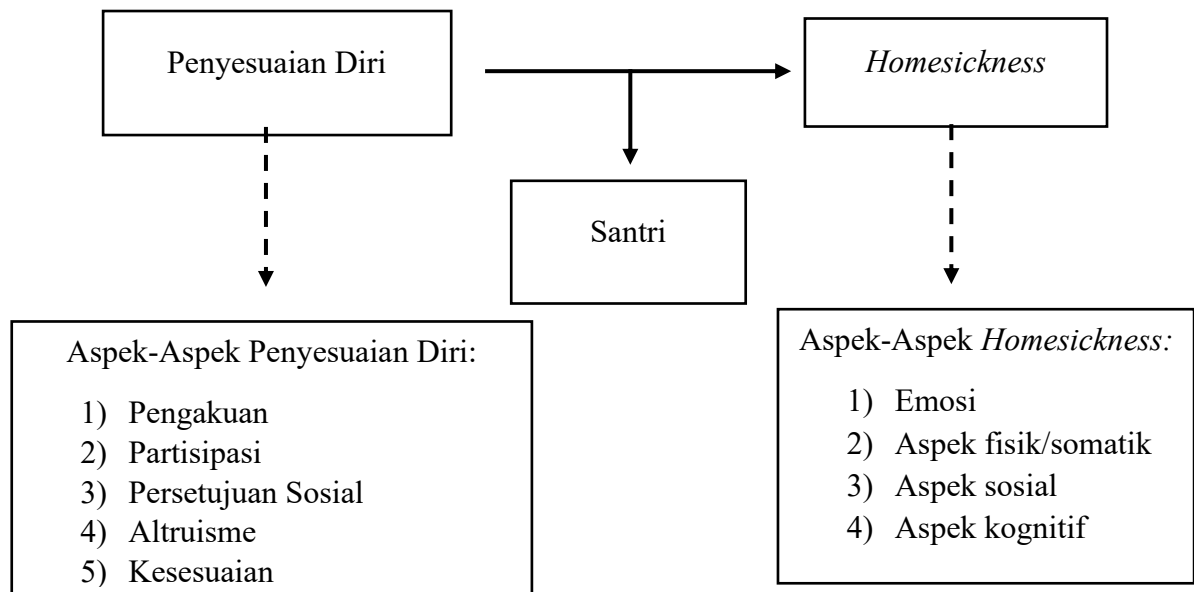
Maka dari itu santri memerlukan adanya proses penyesuaian diri yaitu Penyesuaian diri adalah suatu proses individu mencapai suatu keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan menyesuaikan lingkungannya. Schneider berpendapat bahwa penyesuaian diri merupakan proses ketika individu berusaha mengatasi kebutuhan dalam diri, ketegangan, frustrasi dan konflik untuk mendapatkan keselarasan antara

⁴⁰ Christopher A. Thurber & Edward A. Walton. *Homesickness and Adjustment in University Students*. Journal of American College Health. Vol. 60, No. 5. 2012.

tuntutan lingkungan dimana individu tersebut itu tinggal dengan tuntutan dalam diri sendiri.⁴¹

Jadi, semakin tinggi penyesuaian diri yang dimiliki santri, maka semakin rendah tingkat *homesickness* yang santri rasakan. Karena santri yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik cenderung merasa lebih nyaman dan aman di lingkungan pesantren. Dukungan emosional dari teman sebaya dapat mengurangi perasaan *homesickness* dan kesedihan yang dialami santri. Sebaliknya, santri yang tidak memiliki teman dekat atau dukungan emosional yang memadai lebih rentan terhadap *homesickness*.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat ditarik skema penelitian seperti berikut:



E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam kalimat pernyataan.⁴² Adapun hipotesis atau jawaban sementara dalam penelitian ini sebagai berikut:

⁴¹ . Nur Ghufroon & Rini Risnawati S. *Teori-Teori PSIKOLOGI*. (Jogjakartas: Ar-Ruzz Media, 2010), 50

⁴² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* (Bandung: Penerbit ALFABETA, 2020), 99.

- a. H_0 : Tidak terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara penyesuaian diri dan *homesickness* pada santri di Pondok Pesantren Tahfidhil Qur'an Sirojul Ulum Semanding Kabupaten Kediri.
- b. H_1 : Terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara penyesuaian diri dan *homesickness* pada santri di Pondok Pesantren Tahfidhil Qur'an Sirojul Ulum Semanding Kabupaten Kediri.