

PERAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA TERHADAP PENYESUAIAN DIRI SANTRI BARU DI PESANTREN

Nur Asia¹, Lailatul Fitriyah²

^{1,2}Universitas Nurul Jadid

¹nurasiacantik9@gmail.com, ²lailatulfitriyah15.lf@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to analyze the role of peer social support in the self-adjustment of new students (santri) at Nurul Jadid Islamic Boarding School, Al Mawaddah Region. The study employed a qualitative approach with a case study design to gain an in-depth understanding of the social and psychological adaptation process of new santri within the boarding school environment. The research participants consisted of six new santri as the primary informants, three dormitory guardians as supporting informants, and one regional head as the key informant, selected through purposive sampling. Data were collected through semi-structured interviews, participant observation, and documentation. Data analysis followed the Miles, Huberman, and Saldaña model, involving data reduction, data display, and conclusion drawing. The findings reveal that peer social support plays a significant role in facilitating the self-adjustment of new santri. The forms of social support identified include emotional, informational, instrumental, and appraisal support. These forms of support help reduce psychological stress, enhance understanding of the boarding school culture, foster a sense of comfort, and accelerate social adaptation within the dormitory environment. New santri who receive positive peer social support tend to demonstrate greater self-confidence, participate more actively in boarding school activities, and establish social relationships more easily with those around them. This study highlights that peer relationships are a crucial factor in the successful self-adjustment of new santri in the Islamic boarding school environment.

Keywords: *peer social support, self-adjustment, new santri, Islamic boarding school*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri santri baru di Pesantren Nurul Jadid wilayah Al Mawaddah. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk memahami secara mendalam proses adaptasi sosial dan psikologis santri baru di lingkungan pesantren. Subjek penelitian terdiri atas enam santri baru sebagai informan utama, tiga wali asuh sebagai informan pendukung, dan satu kepala wilayah sebagai informan kunci yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan model Miles, Huberman, dan Saldaña melalui tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki peran penting dalam membantu penyesuaian diri santri baru. Dukungan sosial yang diberikan meliputi dukungan emosional,

informasional, instrumental, dan penghargaan. Dukungan tersebut membantu santri mengurangi tekanan psikologis, memahami budaya pesantren, meningkatkan rasa nyaman, serta mempercepat proses adaptasi sosial di lingkungan asrama. Santri yang memperoleh dukungan sosial positif cenderung lebih percaya diri, lebih aktif mengikuti kegiatan pesantren, dan lebih mudah membangun hubungan sosial dengan lingkungan sekitar. Penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan sosial teman sebaya menjadi faktor penting dalam keberhasilan penyesuaian diri santri baru di lingkungan pesantren.

Kata Kunci: dukungan sosial, teman sebaya, penyesuaian diri, santri baru, pesantren.

A. Pendahuluan

Fenomena kesulitan penyesuaian diri masih sering ditemukan pada santri baru yang memasuki lingkungan pesantren (Haiffahningrum & Satiningsih, 2022). Pada masa awal tinggal di asrama, sebagian santri mengalami berbagai hambatan adaptasi, seperti perasaan cemas, rindu keluarga (*homesickness*), kesulitan mengikuti aturan dan jadwal kegiatan pesantren, kurang percaya diri dalam menjalin hubungan sosial, serta ketidaknyamanan terhadap lingkungan yang baru. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa proses perpindahan dari lingkungan keluarga menuju kehidupan pesantren memerlukan kemampuan penyesuaian diri yang tidak sederhana (Lestari & Imamah, 2026). Apabila kesulitan adaptasi berlangsung dalam waktu yang lama, santri dapat mengalami tekanan

psikologis yang berdampak pada kesejahteraan emosional, hubungan sosial, maupun proses pembelajaran (Firdaus et al., 2026). Dalam menghadapi kondisi tersebut, dukungan sosial menjadi faktor penting yang dapat membantu santri melewati masa transisi dengan lebih baik. Dukungan sosial merupakan segala bentuk bantuan yang diberikan oleh individu atau kelompok lain, baik berupa perhatian emosional, penghargaan, informasi, maupun bantuan nyata, yang membuat seseorang merasa diterima, diperhatikan, dihargai, dan memiliki tempat dalam lingkungan sosialnya (Bauer et al., 2021). Dalam konteks kehidupan pesantren, teman sebaya menjadi sumber dukungan sosial yang paling dekat karena mereka terlibat dalam aktivitas sehari-hari yang sama, sehingga keberadaan dukungan dari teman sebaya berpotensi membantu santri

baru mengurangi kecemasan, meningkatkan rasa nyaman, serta mempercepat proses penyesuaian diri di lingkungan pesantren (Mitic et al., 2021; Azpiazu et al., 2024).

Pesantren merupakan lembaga pendidikan Islam yang tidak hanya berperan sebagai pusat pengembangan ilmu keagamaan, tetapi juga sebagai lingkungan pembentukan karakter, sosial, dan psikologis santri (Bauer et al., 2021). Selain berperan sebagai institusi transfer ilmu (*ta'lim*), pesantren juga menjadi sarana pembentukan adab (*ta'dib*) melalui penerapan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari. Perspektif pendidikan berbasis komunitas memandang pesantren sebagai ekosistem sosial yang membentuk identitas, disiplin diri, dan kemampuan adaptasi sosial individu. Sistem asrama menciptakan lingkungan yang intensif dengan aturan ketat, aktivitas terstruktur, serta interaksi sosial yang berlangsung secara berkelanjutan (Pollak et al., 2023; Azpiazu et al., 2024). Dalam lingkungan yang kolektif tersebut, hubungan antar santri menjadi bagian penting dalam proses pembentukan perilaku sosial dan penyesuaian diri. Interaksi yang

berlangsung setiap hari mendorong munculnya dukungan sosial antarteman sebaya yang berperan dalam membantu santri memahami budaya pesantren, membangun rasa aman, serta memperkuat kemampuan adaptasi sosial. Kondisi tersebut menjadikan kemampuan penyesuaian diri dan keberadaan dukungan sosial sebagai faktor penting dalam keberhasilan pendidikan pesantren karena lingkungan asrama turut berpengaruh terhadap perkembangan kompetensi sosial dan regulasi diri remaja (Murray et al., 2021; Bostock et al., 2022).

Fase transisi remaja menuju lingkungan baru seperti pesantren menuntut kemampuan penyesuaian diri yang cepat dan adaptif. Penyesuaian diri merupakan proses psikologis yang berkaitan dengan kemampuan individu menyeimbangkan kebutuhan pribadi dengan tuntutan lingkungan guna mencapai kondisi psikologis yang stabil dan sehat. Kemampuan tersebut tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal, tetapi juga kualitas hubungan sosial yang terbentuk di lingkungan baru. Dalam konteks pesantren, dukungan sosial teman

sebayanya menjadi salah satu sumber kekuatan psikologis yang membantu santri menghadapi perubahan pola hidup, aturan yang ketat, serta keterpisahan dari keluarga. Bagi santri baru, penyesuaian diri ditunjukkan melalui kemampuan menerima aturan pesantren, membangun relasi sosial dengan teman sebaya, serta mengelola tekanan emosional akibat perubahan pola kehidupan. Ketidakmampuan menyesuaikan diri dapat memunculkan stres adaptasi, rasa terasing, hingga penurunan kesejahteraan psikologis remaja (Jongen et al., 2023; Simmons et al., 2023). Sebaliknya, keberadaan dukungan sosial yang positif dapat membantu santri baru merasa lebih diterima, nyaman, dan mampu menghadapi tuntutan lingkungan pesantren secara lebih adaptif.

Salah satu faktor penting yang memengaruhi keberhasilan penyesuaian diri santri baru ialah dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan bentuk perhatian, bantuan emosional, penghargaan, maupun bantuan informasional yang diberikan individu lain sehingga seseorang merasa diterima, dihargai, dan mampu menghadapi tekanan

lingkungan. Pada lingkungan pesantren yang bercorak kolektif dan berbasis asrama, teman sebaya menjadi sumber dukungan sosial yang paling dekat dengan kehidupan santri sehari-hari. Intensitas interaksi yang tinggi menyebabkan teman sebaya memiliki peran penting dalam membantu santri memahami aturan pesantren, mengurangi kecemasan, membangun rasa nyaman, serta meningkatkan kemampuan adaptasi sosial. Dukungan sosial teman sebaya juga berfungsi sebagai sarana pembelajaran sosial karena melalui interaksi sehari-hari santri belajar memahami norma, budaya, dan pola perilaku yang berlaku di lingkungan pesantren. Dukungan emosional dari teman sebaya dapat mengurangi perasaan kesepian dan kecemasan pada masa awal tinggal di pesantren, sedangkan dukungan informasional membantu santri memahami jadwal kegiatan, tata tertib, serta strategi menghadapi kehidupan asrama yang disiplin dan terstruktur. Dalam perspektif psikologi sosial, hubungan positif dengan teman sebaya turut membangun rasa memiliki (*sense of belonging*), meningkatkan kepercayaan diri, serta memperkuat ketahanan psikologis

individu ketika menghadapi tekanan lingkungan baru. Oleh karena itu, semakin positif dukungan sosial yang diterima santri dari teman sebayanya, semakin besar peluang santri untuk mencapai penyesuaian diri yang baik di lingkungan pesantren. Sejumlah penelitian juga menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan sebagai faktor protektif yang membantu remaja menghadapi tekanan psikologis dan mempercepat proses adaptasi di lingkungan pendidikan (Bauer et al., 2021; Mitic et al., 2021).

Berbagai penelitian empiris menunjukkan konsistensi bahwa dukungan sosial berhubungan positif dengan penyesuaian diri dalam konteks pendidikan. Zalika & Rusmawati (2022) menemukan adanya hubungan positif yang kuat antara dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri santri. Temuan tersebut menunjukkan bahwa keberadaan teman sebaya tidak hanya menjadi sumber interaksi sosial, tetapi juga berperan dalam membantu santri baru mengatasi tekanan psikologis dan membangun kenyamanan selama proses adaptasi di pesantren. Rizka & Jaro'ah (2024) menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memberikan kontribusi

sebesar 28,1% terhadap penyesuaian diri santri baru. Hasil ini mengindikasikan bahwa kualitas hubungan sosial antar santri memiliki pengaruh nyata terhadap keberhasilan adaptasi individu dalam lingkungan asrama. Fitniwillis & Aaqilah (2023) juga mengonfirmasi bahwa dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap kemampuan adaptasi santri di lingkungan pesantren, terutama dalam membantu santri menghadapi perubahan pola kehidupan dan tuntutan kedisiplinan.

Penelitian Imaidah (2022) memperkuat temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki kontribusi signifikan terhadap penyesuaian diri santri di lingkungan pesantren dengan sumbangan efektif sebesar 48%. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, semakin optimal kemampuan adaptasi santri dalam lingkungan pesantren. Dukungan sosial yang diberikan teman sebaya berperan dalam menciptakan rasa nyaman, meningkatkan motivasi, serta membantu santri mengembangkan kemampuan menghadapi tekanan lingkungan secara lebih positif. Selain

itu, Nishfi & Handayani (2021) menemukan hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri remaja di lingkungan pendidikan berbasis asrama dengan reliabilitas instrumen yang tinggi, sehingga memperkuat validitas hubungan antar variabel tersebut.

Studi lain oleh Himmah & Maryam (2025) menunjukkan bahwa dukungan sosial di lingkungan pesantren, khususnya dari teman sebaya dan pembina asrama, memiliki peran penting dalam mempercepat proses adaptasi santri baru pada tahun pertama tinggal di pesantren. Dukungan tersebut membantu santri membangun rasa aman dan meningkatkan kesiapan psikologis dalam menghadapi kehidupan pesantren yang penuh aturan dan aktivitas kolektif. Selanjutnya, Salsabillah & Laily (2025) menemukan bahwa interaksi teman sebaya berperan sebagai mekanisme utama dalam proses adaptasi sosial santri baru dengan pengaruh signifikan terhadap penyesuaian sosial. Temuan ini mengindikasikan bahwa *peer relationship* merupakan variabel kunci dalam sistem adaptasi sosial di lingkungan pesantren yang bersifat

kolektif dan intensif karena melalui hubungan sosial yang positif santri memperoleh dukungan emosional, penghargaan sosial, dan bantuan praktis dalam menjalani kehidupan sehari-hari di pesantren.

Meskipun berbagai penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa dukungan sosial berhubungan positif dengan penyesuaian diri santri maupun remaja di lingkungan pendidikan, masih terdapat beberapa kesenjangan penelitian yang perlu mendapat perhatian. Pertama, sebagian besar penelitian berfokus pada pengujian hubungan atau pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri secara umum tanpa mengidentifikasi secara spesifik peran dukungan sosial teman sebaya sebagai sumber dukungan utama pada fase awal adaptasi santri baru. Kedua, penelitian-penelitian sebelumnya cenderung menempatkan dukungan sosial sebagai konstruk yang bersifat umum, mencakup dukungan dari keluarga, guru, pengasuh, maupun teman sebaya, sehingga belum memberikan gambaran yang jelas mengenai kontribusi relatif teman sebaya dalam membantu proses penyesuaian diri di lingkungan

pesantren. Ketiga, kajian empiris yang dilakukan pada konteks pesantren umumnya dilaksanakan di lokasi penelitian yang berbeda, sehingga hasilnya belum tentu menggambarkan dinamika sosial pada Pesantren Nurul Jadid wilayah Al Mawaddah yang memiliki karakteristik kehidupan asrama, budaya kolektif, serta sistem pembinaan yang khas. Dengan demikian, masih terdapat kebutuhan untuk menguji secara empiris kontribusi dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri santri baru pada konteks pesantren yang memiliki karakteristik sosial yang spesifik.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini menawarkan kebaruan pada tiga aspek. Pertama, penelitian ini secara khusus memfokuskan analisis pada dukungan sosial teman sebaya (*peer social support*) sebagai variabel utama, bukan dukungan sosial secara umum. Kedua, penelitian ini mengkaji kontribusi dukungan sosial teman sebaya pada fase awal adaptasi santri baru yang merupakan periode paling rentan terhadap munculnya berbagai kesulitan penyesuaian diri. Ketiga, penelitian ini

dilakukan pada Pesantren Nurul Jadid wilayah Al Mawaddah sehingga memberikan bukti empiris mengenai bagaimana karakteristik lingkungan pesantren memengaruhi hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri santri. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan tidak hanya memperkuat temuan-temuan sebelumnya mengenai pentingnya dukungan sosial dalam proses adaptasi santri, tetapi juga memperluas kajian psikologi pendidikan Islam melalui penyediaan bukti empiris yang lebih kontekstual mengenai mekanisme dukungan sosial teman sebaya dalam membentuk kemampuan penyesuaian diri santri baru di lingkungan pesantren.

Berdasarkan uraian latar belakang, penelitian terdahulu, serta kesenjangan penelitian yang telah diidentifikasi, penelitian ini diarahkan untuk menjawab pertanyaan penelitian mengenai apakah dukungan sosial teman sebaya berkontribusi terhadap penyesuaian diri santri baru di Pesantren Nurul Jadid wilayah Al Mawaddah. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah menganalisis kontribusi dukungan sosial teman sebaya terhadap

penyesuaian diri santri baru di Pesantren Nurul Jadid wilayah Al Mawaddah.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus (*case study*) untuk memperoleh pemahaman secara mendalam mengenai kontribusi dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri santri baru di Pesantren Nurul Jadid wilayah Al Mawaddah. Desain studi kasus dipilih karena memungkinkan peneliti mengkaji suatu fenomena secara kontekstual, holistik, dan mendalam dalam lingkungan alamiahnya sehingga mampu menggambarkan dinamika sosial yang terjadi selama proses adaptasi santri baru (Nurdin & Nur, 2025).

Penelitian dilaksanakan di Pesantren Nurul Jadid wilayah Al Mawaddah selama bulan Februari hingga April 2026. Informan penelitian dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu berdasarkan pertimbangan bahwa mereka memiliki pengalaman dan keterlibatan langsung dalam proses adaptasi santri baru. Informan terdiri atas enam santri baru sebagai

informan utama yang telah tinggal di pesantren selama kurang dari satu tahun, tiga wali asuh yang bertanggung jawab melakukan pendampingan dan pembinaan santri, serta satu kepala wilayah Al Mawaddah sebagai informan kunci yang memahami kebijakan pembinaan dan sistem kehidupan asrama. Pemilihan informan dilakukan secara bertahap hingga data yang diperoleh menunjukkan kejenuhan (*data saturation*), yaitu ketika wawancara tambahan tidak lagi menghasilkan informasi, tema, atau kategori baru yang relevan dengan fokus penelitian.

Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Wawancara dilakukan secara mendalam untuk menggali pengalaman santri mengenai bentuk dukungan sosial teman sebaya serta proses penyesuaian diri di lingkungan pesantren. Setiap wawancara berlangsung sekitar 45–60 menit dan direkam dengan persetujuan informan sebelum ditranskripsikan untuk proses analisis. Observasi partisipatif dilakukan selama kegiatan harian santri, seperti aktivitas belajar, ibadah berjamaah, kegiatan asrama,

dan interaksi antarsantri guna memperoleh gambaran perilaku sosial secara langsung. Dokumentasi digunakan untuk melengkapi data penelitian melalui telaah terhadap tata tertib pesantren, program pembinaan santri, jadwal kegiatan, serta dokumen pendukung lainnya yang (Nurdin & Nur, 2025).

Analisis data menggunakan model analisis interaktif Miles, Huberman, dan Saldaña yang meliputi kondensasi data (*data condensation*), penyajian data (*data display*), serta penarikan dan verifikasi kesimpulan (*conclusion drawing and verification*). Proses analisis dilakukan secara simultan sejak awal pengumpulan data sehingga memungkinkan peneliti melakukan pendalaman terhadap informasi yang masih memerlukan klarifikasi (Mutiani et al., 2022; Adawiah et al., 2023; Qomaruddin & Sa'diyah, 2024).

Keabsahan data dijamin melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari santri baru, wali asuh, dan kepala wilayah untuk memastikan konsistensi data mengenai bentuk dukungan sosial

dan proses penyesuaian diri. Sementara itu, triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi sehingga setiap temuan dapat dikonfirmasi melalui lebih dari satu sumber maupun teknik pengumpulan data. Selain itu, peneliti melakukan pemeriksaan ulang hasil interpretasi terhadap data lapangan secara berulang agar kesimpulan yang dihasilkan sesuai dengan informasi yang diberikan oleh para informan dan mencerminkan kondisi empiris di lingkungan pesantren (Bauer et al., 2021).

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Penyesuaian Diri Santri Baru di Pesantren Nurul Jadid Wilayah Al Mawaddah

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi yang dilakukan di Pesantren Nurul Jadid wilayah Al Mawaddah, ditemukan bahwa proses penyesuaian diri santri baru merupakan proses yang berlangsung secara bertahap dan dipengaruhi oleh kondisi psikologis serta sosial santri. Kehidupan pesantren yang menerapkan sistem asrama mengharuskan santri untuk

beradaptasi dengan lingkungan baru, aturan yang ketat, jadwal kegiatan yang terstruktur, serta pola interaksi sosial yang berbeda dengan kehidupan di rumah.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar santri mengalami kesulitan pada masa awal tinggal di pesantren. Kesulitan tersebut meliputi perasaan takut, cemas, rindu keluarga, serta kebingungan dalam memahami aturan dan budaya pesantren. Salah satu informan mengungkapkan:

“Awalnya saya merasa takut karena belum mengenal siapa-siapa di kamar. Kegiatan pesantren juga padat sekali, jadi saya sering bingung dan kadang ingin pulang.” (Informan S2)

Hasil observasi menunjukkan bahwa santri yang mengalami kesulitan penyesuaian diri cenderung menunjukkan perilaku pasif, lebih sering menyendiri, kurang aktif mengikuti kegiatan kelompok, dan belum mampu membangun hubungan sosial secara optimal dengan lingkungan sekitar. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa proses penyesuaian diri tidak hanya berkaitan dengan kemampuan mengelola emosi, tetapi juga

berkaitan dengan kemampuan beradaptasi terhadap budaya disiplin dan kehidupan kolektif yang menjadi karakteristik pesantren.

Selain itu, hasil wawancara dengan wali asuh dan kepala wilayah menunjukkan bahwa kemampuan membangun hubungan sosial memiliki peran penting dalam keberhasilan adaptasi santri baru. Santri yang aktif berinteraksi dengan teman sebaya cenderung lebih cepat menyesuaikan diri dibandingkan santri yang kurang terlibat dalam aktivitas sosial. Temuan ini menunjukkan bahwa lingkungan sosial menjadi faktor penting yang memengaruhi keberhasilan proses penyesuaian diri santri baru di lingkungan pesantren.

2. Bentuk Dukungan Sosial Teman Sebaya yang Diterima Santri Baru

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, ditemukan bahwa teman sebaya menjadi sumber dukungan sosial yang paling dekat dengan kehidupan santri baru selama menjalani proses adaptasi di lingkungan pesantren. Dukungan sosial tersebut muncul dalam berbagai bentuk yang saling melengkapi dan membantu santri

menghadapi berbagai kesulitan pada Ringkasan temuan penelitian masa awal tinggal di pesantren. disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Bentuk Dukungan Sosial Teman Sebaya dalam Penyesuaian Diri Santri Baru

Indikator	Pernyataan Informan	Makna Temuan
Kesulitan adaptasi awal	Santri merasa bingung, takut, dan rindu keluarga	Santri mengalami stres adaptasi pada awal tinggal di pesantren
Dukungan emosional	Teman memberikan semangat dan menemani ketika sedih	Membantu kenyamanan psikologis santri
Dukungan informasional	Teman membantu memahami aturan dan jadwal pesantren	Mempercepat proses adaptasi
Dukungan instrumental	Teman membantu aktivitas sehari-hari di asrama	Menciptakan rasa aman
Penerimaan sosial	Santri merasa nyaman ketika diterima kelompok	Meningkatkan rasa memiliki
Motivasi sosial	Teman memberikan dorongan dan motivasi	Meningkatkan kepercayaan diri

Tabel 1 menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya hadir dalam berbagai bentuk yang membantu santri baru menghadapi tantangan adaptasi selama tinggal di pesantren. Bentuk dukungan yang paling sering ditemukan adalah dukungan emosional yang diberikan melalui perhatian, pendampingan, motivasi, dan kesediaan teman untuk mendengarkan keluhan santri.

Salah satu informan menyatakan:

“Kalau sedang sedih biasanya teman kamar menghibur dan mengajak ngobrol. Jadi saya merasa tidak sendiri di pesantren.” (Informan S1)

Selain dukungan emosional, santri baru juga memperoleh dukungan informasional berupa

bantuan memahami aturan, jadwal kegiatan, tata tertib asrama, serta budaya kehidupan pesantren. Hasil observasi menunjukkan bahwa santri yang memperoleh bantuan informasi dari teman sebaya lebih cepat memahami sistem kehidupan pesantren dan lebih percaya diri dalam mengikuti aktivitas sehari-hari.

Dukungan sosial juga diberikan dalam bentuk bantuan langsung atau dukungan instrumental. Bantuan tersebut berupa pendampingan dalam mengikuti kegiatan pertama, bantuan menyiapkan perlengkapan, serta pengingat jadwal kegiatan. Selain itu, ditemukan pula dukungan penghargaan yang diberikan melalui pujian, motivasi, dan pengakuan

positif terhadap kemampuan santri dalam mengikuti kehidupan pesantren.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya tidak hanya membantu santri mengatasi kesulitan praktis selama masa adaptasi, tetapi juga membantu membangun rasa aman, meningkatkan kepercayaan diri, dan memperkuat kenyamanan psikologis selama menjalani kehidupan di pesantren.

C. Peran Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Penyesuaian Diri Santri Baru

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, ditemukan bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki peran penting dalam meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri baru. Santri yang memperoleh dukungan sosial positif menunjukkan kemampuan adaptasi yang lebih baik, lebih aktif mengikuti kegiatan pesantren, serta lebih mudah menjalin hubungan sosial dengan lingkungan sekitar.

Salah satu informan menyatakan:

"Saya mulai merasa nyaman ketika sudah dekat dengan teman-teman

kamar. Rasanya seperti punya keluarga baru di pesantren."
(Informan S4)

Temuan tersebut menunjukkan bahwa hubungan sosial yang positif membantu santri membangun rasa aman dan nyaman selama tinggal di pesantren. Dukungan sosial yang diberikan teman sebaya membantu mengurangi tekanan psikologis, meningkatkan kepercayaan diri, serta mempercepat proses adaptasi terhadap kehidupan asrama.

Hasil observasi juga menunjukkan bahwa santri yang memperoleh dukungan sosial yang baik cenderung lebih aktif dalam kegiatan pesantren, lebih mudah berinteraksi dengan lingkungan sekitar, serta lebih cepat memahami budaya kehidupan pesantren dibandingkan santri yang kurang memperoleh dukungan sosial. Dengan demikian, dukungan sosial teman sebaya menjadi faktor penting yang mendukung keberhasilan penyesuaian diri santri baru di lingkungan pesantren.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk dan intensitas dukungan sosial yang diterima santri baru tidak bersifat seragam. Variasi tersebut dipengaruhi oleh beberapa

faktor yang saling berkaitan, yaitu karakteristik individu, kemampuan membangun relasi sosial, kondisi psikologis pada masa awal adaptasi, serta dinamika interaksi yang berkembang di lingkungan asrama. Santri yang memiliki keterbukaan dalam berkomunikasi dan aktif berpartisipasi dalam kegiatan pesantren cenderung lebih mudah memperoleh dukungan emosional maupun informasional dari teman sebaya. Sebaliknya, santri yang cenderung pendiam, menarik diri, atau masih mengalami kecemasan akibat perpisahan dengan keluarga membutuhkan waktu yang lebih lama untuk membangun hubungan interpersonal sehingga dukungan sosial yang diterima pada fase awal relatif lebih terbatas.

Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak hanya bergantung pada kesediaan teman sebaya untuk membantu, tetapi juga dipengaruhi oleh kemampuan santri dalam membangun interaksi timbal balik. Dalam perspektif psikologi sosial, hubungan interpersonal yang positif berkembang melalui proses saling percaya, komunikasi yang terbuka, dan keterlibatan dalam aktivitas kelompok. Oleh karena itu,

semakin tinggi intensitas interaksi sosial yang dilakukan santri baru, semakin besar peluang mereka memperoleh dukungan emosional, penghargaan, informasi, maupun bantuan instrumental dari lingkungan sekitarnya (Bauer et al., 2021; Mitic et al., 2021).

Selain faktor individu, karakteristik lingkungan pesantren turut memengaruhi variasi dukungan sosial antarsantri. Sistem kehidupan asrama yang menuntut kebersamaan dalam kegiatan belajar, ibadah, maupun aktivitas harian menciptakan kesempatan yang luas bagi terbentuknya hubungan sosial yang erat. Namun demikian, kualitas dukungan yang diterima tetap dipengaruhi oleh kondisi kelompok tempat santri berinteraksi, seperti tingkat kekompakan teman sekamar, budaya saling membantu yang berkembang di asrama, serta peran wali asuh dalam membangun iklim sosial yang kondusif. Lingkungan kelompok yang inklusif cenderung mendorong terbentuknya rasa memiliki (*sense of belonging*) sehingga santri baru lebih mudah beradaptasi dengan kehidupan pesantren, sedangkan kelompok yang kurang terbuka berpotensi

memperlambat proses penyesuaian diri.

Temuan penelitian ini memperkuat hasil penelitian Zalika & Rusmawati (2022), Rizka & Jaro'ah (2024), serta Himmah & Maryam (2025) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya berperan penting dalam meningkatkan penyesuaian diri santri baru. Namun demikian, penelitian ini memberikan temuan yang lebih spesifik dengan menunjukkan bahwa efektivitas dukungan sosial dipengaruhi oleh kualitas interaksi sosial yang terbangun di lingkungan asrama. Dengan demikian, kontribusi dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri tidak hanya ditentukan oleh keberadaan dukungan itu sendiri, tetapi juga oleh dinamika hubungan sosial yang berkembang selama proses adaptasi di lingkungan pesantren.

PEMBAHASAN

1. Penyesuaian Diri Santri Baru sebagai Proses Adaptasi Psikososial

Hasil penelitian menunjukkan bahwa santri baru mengalami berbagai kesulitan pada masa awal tinggal di pesantren, seperti rasa

takut, cemas, rindu keluarga, dan kebingungan dalam memahami aturan pesantren. Temuan ini menunjukkan bahwa penyesuaian diri merupakan proses adaptasi psikososial yang tidak berlangsung secara instan, melainkan memerlukan waktu serta dukungan lingkungan yang memadai. Perpindahan dari lingkungan keluarga menuju lingkungan pesantren menyebabkan santri harus menghadapi perubahan pola kehidupan, sistem interaksi sosial, serta tuntutan disiplin yang berbeda dari pengalaman sebelumnya.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa proses penyesuaian diri tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal individu, tetapi juga dipengaruhi oleh tuntutan lingkungan sosial yang dihadapi. Kehidupan pesantren yang bersifat kolektif mengharuskan santri menyesuaikan diri dengan norma, aturan, dan budaya yang berlaku. Oleh karena itu, kesulitan yang dialami santri pada masa awal tinggal di pesantren dapat dipahami sebagai bentuk respons terhadap perubahan lingkungan yang signifikan.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Rizka & Jaro'ah (2024) yang menunjukkan bahwa

santri baru cenderung mengalami stres adaptasi akibat perpisahan dengan keluarga dan perubahan pola kehidupan sehari-hari. Hasil penelitian ini juga mendukung temuan Fitriani & Aqilah (2023) yang menyatakan bahwa keberhasilan penyesuaian diri santri dipengaruhi oleh kemampuan individu beradaptasi dengan lingkungan sosial pesantren. Namun demikian, penelitian ini menemukan bahwa keberhasilan adaptasi tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan individu, tetapi juga oleh kualitas hubungan sosial yang terbentuk dengan teman sebaya selama masa awal tinggal di pesantren.

2. Dukungan Sosial Teman Sebaya sebagai Mekanisme Adaptasi Santri Baru

Temuan penelitian menunjukkan bahwa teman sebaya menjadi sumber dukungan sosial utama bagi santri baru dalam menghadapi berbagai tantangan adaptasi. Dukungan yang diberikan tidak hanya berupa bantuan emosional, tetapi juga bantuan informasional, instrumental, dan penghargaan. Temuan ini menunjukkan bahwa hubungan sosial

antarsantri memiliki fungsi yang kompleks dalam mendukung proses penyesuaian diri.

Dukungan emosional menjadi bentuk dukungan yang paling dominan ditemukan dalam penelitian ini. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kebutuhan utama santri baru pada masa awal tinggal di pesantren adalah kebutuhan akan rasa aman dan kenyamanan psikologis. Ketika santri memperoleh perhatian, empati, dan motivasi dari teman sebaya, mereka merasa tidak menghadapi kesulitan seorang diri. Situasi tersebut membantu mengurangi kecemasan dan tekanan emosional yang muncul akibat keterpisahan dari keluarga.

Temuan ini mendukung pandangan Robbani & Nafisatuzzahr (2025) yang menyatakan bahwa hubungan interpersonal yang positif mampu meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi tekanan lingkungan. Senada dengan hal tersebut, Tami & Selian (2025) menjelaskan bahwa dukungan sosial membantu individu merasa diterima, dihargai, dan diperhatikan sehingga memiliki kondisi psikologis yang lebih stabil ketika menghadapi situasi baru.

Selain dukungan emosional, penelitian ini juga menemukan bahwa dukungan informasional berperan penting dalam membantu santri memahami budaya kehidupan pesantren. Bantuan berupa informasi mengenai jadwal kegiatan, tata tertib, dan kebiasaan pesantren membantu santri mengurangi kebingungan serta mempercepat proses adaptasi. Temuan ini menunjukkan bahwa teman sebaya tidak hanya berfungsi sebagai sumber kenyamanan emosional, tetapi juga berfungsi sebagai agen sosialisasi yang membantu proses internalisasi nilai dan budaya pesantren.

Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Insani & Arbarini (2025) yang menyatakan bahwa teman sebaya memiliki peran penting dalam proses pembelajaran sosial dan internalisasi norma dalam lingkungan pendidikan berbasis asrama. Melalui interaksi sehari-hari, santri baru belajar memahami pola komunikasi, kebiasaan, serta nilai-nilai kolektif yang menjadi ciri kehidupan pesantren.

Meskipun demikian, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa bentuk dan intensitas dukungan sosial yang diterima setiap santri

tidak selalu sama. Variasi tersebut dipengaruhi oleh karakteristik individu, seperti tingkat keterbukaan dalam berkomunikasi, kepercayaan diri, dan kesiapan psikologis menghadapi lingkungan baru. Santri yang lebih aktif membangun relasi sosial cenderung lebih mudah memperoleh dukungan emosional, informasional, maupun instrumental dari teman sebaya. Sebaliknya, santri yang masih mengalami kecemasan, menarik diri, atau membutuhkan waktu lebih lama untuk beradaptasi umumnya menerima dukungan sosial secara lebih terbatas pada fase awal. Selain faktor individu, dinamika kelompok di lingkungan asrama, seperti kekompakan teman sekamar, budaya saling membantu, dan peran wali asuh dalam membangun interaksi yang inklusif, turut memengaruhi kualitas dukungan sosial yang diterima santri. Temuan ini mengindikasikan bahwa efektivitas dukungan sosial tidak hanya ditentukan oleh keberadaan teman sebaya, tetapi juga oleh kualitas hubungan interpersonal dan iklim sosial yang terbentuk dalam kehidupan pesantren. Dengan demikian, penguatan budaya saling mendukung di lingkungan asrama

menjadi faktor penting untuk memastikan setiap santri memperoleh kesempatan yang sama dalam proses penyesuaian diri.

3. Peran Dukungan Sosial terhadap Keberhasilan Penyesuaian Diri Santri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa santri yang memperoleh dukungan sosial positif memiliki kemampuan penyesuaian diri yang lebih baik dibandingkan santri yang kurang memperoleh dukungan sosial. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak hanya berfungsi sebagai faktor pendukung, tetapi juga menjadi faktor strategis yang memengaruhi keberhasilan adaptasi santri baru.

Dari aspek psikologis, dukungan sosial berfungsi sebagai pelindung terhadap tekanan emosional yang muncul akibat perubahan lingkungan. Kehadiran teman sebaya memberikan ruang bagi santri untuk berbagi pengalaman, memperoleh solusi terhadap masalah yang dihadapi, serta mendapatkan penguatan emosional. Akibatnya, tingkat kecemasan dan kesepian yang dialami santri menjadi lebih rendah

sehingga mereka lebih siap menghadapi tuntutan kehidupan pesantren.

Temuan ini mendukung hasil penelitian Bauer et al. (2021) dan Mitic et al. (2021) yang menjelaskan bahwa dukungan sosial merupakan faktor protektif yang membantu remaja menghadapi tekanan psikologis dalam lingkungan pendidikan berasrama. Dalam penelitian ini, fungsi protektif tersebut terlihat dari kemampuan teman sebaya membantu santri mengurangi rasa takut, kesepian, dan ketidaknyamanan pada masa awal tinggal di pesantren.

Temuan penelitian ini juga memperkuat hasil penelitian Zalika & Rusmawati (2022) yang menemukan hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri santri. Penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan tersebut tidak hanya terlihat pada aspek emosional, tetapi juga pada aspek sosial dan perilaku. Santri yang memperoleh dukungan sosial cenderung lebih aktif mengikuti kegiatan, lebih percaya diri, serta lebih mudah membangun hubungan sosial dengan lingkungan sekitar.

Hasil penelitian ini juga relevan dengan penelitian Cahyaningrum & Fitria (2024) yang menyatakan bahwa dukungan sosial berkontribusi dalam mengurangi tekanan psikologis yang dialami santri baru selama masa adaptasi. Dukungan tersebut membantu santri menghadapi perubahan lingkungan secara lebih tenang dan adaptif sehingga proses penyesuaian diri berlangsung lebih efektif.

4. Implikasi Sosial dan Psikologis dalam Kehidupan Pesantren

Temuan penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya tidak hanya membantu penyesuaian diri santri baru, tetapi juga berkontribusi terhadap terbentuknya rasa memiliki (*sense of belonging*) terhadap lingkungan pesantren. Ketika santri merasa diterima, dihargai, dan menjadi bagian dari kelompok sosial, mereka lebih mudah membangun kenyamanan psikologis dan keterikatan emosional dengan lingkungan pesantren.

Dalam perspektif psikologi perkembangan, kebutuhan akan penerimaan sosial merupakan kebutuhan penting pada masa

remaja. Oleh karena itu, hubungan sosial yang positif menjadi faktor yang memengaruhi pembentukan identitas diri, kepercayaan diri, dan kesejahteraan psikologis santri. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa rasa memiliki yang terbentuk melalui hubungan sosial yang positif menjadi salah satu faktor yang memperkuat keberhasilan penyesuaian diri santri baru.

Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan implikasi bahwa pesantren perlu memperkuat sistem pendampingan sosial berbasis teman sebaya. Temuan ini mendukung penelitian Muslikah et al. (2025) dan Muallifah et al. (2026) yang menjelaskan bahwa pendekatan pendampingan oleh teman sebaya lebih efektif karena santri cenderung merasa lebih nyaman berbagi pengalaman dan kesulitan kepada individu yang memiliki usia serta pengalaman yang relatif sama. Oleh karena itu, program mentor santri senior, kelompok pendampingan, dan kegiatan penguatan solidaritas antarsantri perlu terus dikembangkan untuk mendukung keberhasilan adaptasi santri baru di lingkungan pesantren.

Implikasi praktis dari temuan ini adalah perlunya penguatan program orientasi santri baru yang tidak hanya berfokus pada pengenalan tata tertib pesantren, tetapi juga pada pembentukan jejaring sosial antarsantri sejak awal masa tinggal di asrama. Program seperti pendampingan oleh santri senior (*peer mentoring*), kegiatan kelompok kecil (*small group orientation*), serta aktivitas yang mendorong interaksi antarsantri dapat menjadi strategi untuk mempercepat terbentuknya hubungan sosial yang positif. Selain itu, wali asuh perlu berperan aktif dalam mengidentifikasi santri yang mengalami kesulitan beradaptasi agar memperoleh pendampingan yang lebih intensif. Dengan demikian, kebijakan pembinaan di lingkungan pesantren tidak hanya berorientasi pada kedisiplinan, tetapi juga pada penguatan dukungan sosial sebagai bagian dari upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis dan keberhasilan adaptasi santri baru.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki kontribusi yang penting terhadap keberhasilan penyesuaian diri santri

baru. Dukungan tersebut membantu mengurangi tekanan psikologis, meningkatkan kepercayaan diri, mempercepat proses adaptasi sosial, serta membangun rasa memiliki (*sense of belonging*) terhadap lingkungan pesantren. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa keberhasilan pendidikan di lingkungan pesantren tidak hanya ditentukan oleh efektivitas sistem pembelajaran formal, tetapi juga oleh kualitas hubungan sosial yang terbangun dalam kehidupan asrama. Oleh karena itu, penguatan dukungan sosial teman sebaya perlu dipandang sebagai bagian integral dari strategi pembinaan santri untuk menciptakan lingkungan belajar yang adaptif, inklusif, dan mendukung perkembangan psikososial santri baru.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki peran yang signifikan terhadap penyesuaian diri santri baru di Pesantren Nurul Jadid wilayah Al Mawaddah. Dukungan sosial yang diberikan dalam bentuk dukungan emosional, informasional, instrumental, dan

penghargaan membantu santri baru menghadapi tekanan psikologis, memahami budaya pesantren, serta meningkatkan kemampuan adaptasi terhadap kehidupan asrama yang disiplin dan kolektif. Kehadiran teman sebaya membuat santri merasa lebih diterima, nyaman, dan memiliki rasa aman selama menjalani proses penyesuaian diri di lingkungan pesantren. Santri yang memperoleh dukungan sosial positif cenderung lebih percaya diri, lebih aktif dalam kegiatan pesantren, dan lebih mampu membangun hubungan sosial dengan lingkungan sekitar dibandingkan santri yang kurang memperoleh dukungan sosial. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan sosial antarsantri menjadi faktor penting dalam keberhasilan proses adaptasi sosial dan psikologis santri baru sehingga penguatan budaya sosial yang suportif di lingkungan pesantren perlu terus dikembangkan sebagai bagian dari pembinaan dan pendidikan karakter santri.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiah, R., Kiptiah, M., & Kamariah, N. (2023). Penerapan Penilaian Sikap Siswa pada Pembelajaran Online. *Integralistik*, 34(1), 7–12.
- <https://doi.org/10.15294/integralistik.v34i1.39476>
- Azpiazu, L., Antonio-Aguirre, I., Izarde-la-Funte, I., & Fernández-Lasarte, O. (2024). School adjustment in adolescence explained by social support, resilience and positive affect. *European Journal of Psychology of Education*, 39(4), 3709–3728. <https://doi.org/10.1007/s10212-023-00785-3>
- Bauer, A., Stevens, M., Purtscheller, D., Knapp, M., Fonagy, P., Evans-Lacko, S., & Paul, J. (2021). Mobilising social support to improve mental health for children and adolescents: A systematic review using principles of realist synthesis. *PLoS ONE*, 16(5 May), 1–23. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251750>
- Bostock, L., Patrizio, L., Godfrey, T., & Forrester, D. (2022). Why does systemic supervision support practitioners' practice more effectively with children and families? *Children and Youth Services Review*, 142, 106652. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2022.106652>
- Cahyaningrum, F., & Fitria, A. Q. Z. (2024). Fenomena Homesickness pada Santriwati Baru di Pesantren: Faktor, Gejala, dan Strategi Adaptasi. *Complex: Jurnal Multidisiplin Ilmu Nasional*, 1(2), 49–56. <https://doi.org/https://doi.org/10.66341/complex.v2i2.149>
- Firdaus, I. H., Fauzi, I., & Adib, M. (2026). Adaptasi Santri Baru terhadap Budaya Pesantren: Studi Multidisiplin di Pondok Pesantren Mansyaul Ulum. *Jurnal Miftahul Ilmi: Jurnal Pendidikan Agama Islam*,

- 3(November 2025), 1.
<https://doi.org/https://doi.org/10.59841/miftahulilmi.v3i1.376>
- Fitniwillis, & Aaqilah, D. R. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Penyesuaian Diri Santri Kelas VIII. *JlIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*, 4(annnn), 34.
<https://doi.org/https://doi.org/10.54371/jiip.v7i1.3586>
- Haiffahningrum, D. N., & Satiningsih. (2022). Pengalaman Penyesuaian Diri Bagi Santri Baru Di Lingkungan Pesantren X: Studi Fenomenologi. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(7), 1–13.
<https://doi.org/https://doi.org/10.26740/cjpp.v9i7.47819>
- Himmah, E. S., & Maryam, E. W. (2025). Hubungan antara Dukungan Sosial Wali Kamar dengan Penyesuaian Diri Santri pada Tahun Pertama di SMPIT Pondok Pesantren Darul Fikri Sidoarjo: The Relationship between Dormitory Supervisors' Social Support and The Students Self-Adjustment of in The First Ye. *Academia Open*, 10(2).
<https://doi.org/10.21070/acopen.10.2025.12396>
- Imaidah, C. P. (2022). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA YANG TINGGAL DI PONDOK PESANTREN "X." *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi)*, 101(101), 100–111.
<https://doi.org/https://doi.org/10.30587/psikosains.v15i2.4524>
- Insani, A. N. S. N., & Arbarini, M. (2025). A s - S A B I Q U N. As-SABIQUN *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 7(November 2025), 1167–1193.
<https://doi.org/https://ejournal.sti>
- tpn.ac.id/index.php/assabiqun/article/view/5948
- Jongen, C., Campbell, S., Saunders, V., Askew, D., Spurling, G., Gueorguiev, E., Langham, E., Bainbridge, R., & McCalman, J. (2023). Wellbeing and mental health interventions for Indigenous children and youth: A systematic scoping review. *Children and Youth Services Review*, 145(June 2021), 106790.
<https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2022.106790>
- Lestari, H., & Imamah, Y. H. (2026). Self-Adjustment Santri Putri Baru dalam Kehidupan Pesantren Hidayatul Mubtadiin. *Al-Zayn: Jurnal Ilmu Sosial & Hukum*, 4(1), 4939–4948.
<https://doi.org/https://doi.org/10.61104/alz.v4i1.3957>
- Mitic, M., Woodcock, K. A., Amering, M., Krammer, I., Stiehl, K. A. M., Zehetmayer, S., & Schrank, B. (2021). Toward an Integrated Model of Supportive Peer Relationships in Early Adolescence: A Systematic Review and Exploratory Meta-Analysis. *Frontiers in Psychology*, 12(February), 1–28.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.589403>
- Muallifah, Kadarisman, A., Hidayat, H., Rosdiana, Aprilia Mega Huda, M. R. L. A., & Serly. (2026). Peningkatan kesehatan mental santri melalui pemberdayaan konselor sebaya di pesantren. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 7(10), 374–384.
<https://doi.org/10.33474/jp2m.v7i2.24686>
- Murray, A. L., Obsuth, I., Speyer, L.,

- Murray, G., McKenzie, K., Eisner, M., & Ribeaud, D. (2021). Developmental Cascades from Aggression to Internalizing Problems via Peer and Teacher Relationships from Early to Middle Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(4), 663–673. <https://doi.org/10.1007/s10964-021-01396-1>
- Muslikah, M., Mungin Eddy Wibowo, Mulawarman, M., Bagas Kurnianto, Qanita Najla Nazhifa, Sintiani, S., & Hadziq Muhibbuddin. (2025). Coptren (Community Peer Support Pesantren) Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Emosional Santri Di Ponpes Sabilurrasyad Kendal. *GANESHA: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 735–744. <https://doi.org/10.36728/ganesh.a.v5i2.5220>
- Mutiani, M., Disman, D., Abbas, E. W., Wiyanarti, E., & Hadi, S. (2022). Putting Global Education Through Transcript Based Lesson Analysis in Higher Education. *Jurnal Pendidikan Progresif*, 12(2), 972–980. <https://doi.org/10.23960/jpp.v12.i2.202244>
- Nishfi, S. L., & Handayani, A. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA Pondok Modern Selamat 2 Batang The Relationship Between Social Support and Adolescent Adjustment in Pondok. *Journal of Psychological Perspective*, 3, 23–28. <https://doi.org/https://doi.org/10.47679/jopp.311132021>
- Nurdin, I. A., & Nur, H. (2025). Gambaran Penyesuaian Diri Santri Baru di Pondok Pesantren. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 5(1), 1–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.26858/jtm.v5i1.71363>
- Pollak, I., Mitic, M., Birchwood, J., Dörfler, S., Krammer, I., Rogers, J. C., Schek, E. J., Schrank, B., Stiehl, K. A. M., & Woodcock, K. A. (2023). A Systematic Review of Intervention Programs Promoting Peer Relationships Among Children and Adolescents: Methods and Targets Used in Effective Programs. *Adolescent Research Review*, 8(3), 297–321. <https://doi.org/10.1007/s40894-022-00195-4>
- Qomaruddin, & Sa'diyah, H. (2024). Kajian Teoritis tentang Teknik Analisis Data dalam Penelitian Kualitatif: Perspektif Spradley, Miles dan Huberman. *Journal of Management, Accounting and Administration*, 1(2), 77–84. <https://doi.org/https://doi.org/10.52620/jomaa.v1i2.93>
- Rizka, E. U., & Jaro'ah, S. (2024). Pengaruh antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Penyesuaian Diri pada Santri Baru di Pondok Pesantren Surabaya. *AS- SYAR ' I : Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga*, 6(1), 2221–2231. <https://doi.org/10.47476/assyari.v8i1.11034>
- Robbani, A. N., & Nafisatuzzahra, N. (2025). Dukungan Sosial sebagai Penyangga Stres Karier pada Dewasa Awal: Telaah Literatur Tematik tentang Quarter-Life Crisis. *Jurnal Educazione : Jurnal Pendidikan, Pembelajaran dan Bimbingan dan konseling*, 13(1), 73–82. <https://doi.org/10.56013/edu.v13i1.3724>

- Salsabillah, N. A., & Laily, N. (2025). Peers as a Bridge to Adaptation: A Study on Social Adjustment among New Student Teman Sebaya sebagai Jembatan Adaptasi: Studi tentang Penyesuaian Sosial pada Siswa Baru. *PSIKOSTUDIA: Jurnal Psikologi*, 14(2), 196–205. <https://doi.org/https://doi.org/10.30872/psikostudia.v14i2.19363>
- Simmons, M. B., Cartner, S., MacDonald, R., Whitson, S., Bailey, A., & Brown, E. (2023). The effectiveness of peer support from a person with lived experience of mental health challenges for young people with anxiety and depression: a systematic review. *BMC Psychiatry*, 23(1), 1–20. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04578-2>
- Tami, P. R. D., & Selian, S. N. (2025). Makna Dukungan Sosial bagi Mahasiswa yang Mengalami Masalah Kesehatan Mental. *Jejak Digital: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(6), 4164–4179. <https://doi.org/https://doi.org/10.63822/g6fw8636>
- Zalika, R. D. Z., & Rusmawati, D. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Siswa Pondok Pesantren Kelas X Ma Ribatul Muta'Allimin Pekalongan. *Jurnal EMPATI*, 11(2), 72–79. <https://doi.org/10.14710/empati.2022.34426>