

Psikologi klinis : Peran proses adaptasi di pesantren terhadap resiliensi dan kesehatan mental santri baru

Zalfa Zaria Putri Wibawa¹, Ni'matus Solihah²

^{1,2} Program Studi Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
e-mail: zalfazariapp@gmail.com

Kata Kunci:

Adaptasi, pesantren, resiliensi, kesehatan mental, santri baru

Keywords:

Adaptation, boarding school, resilience, mental health, new students

ABSTRAK

Santri baru yang tinggal di pesantren menghadapi perubahan signifikan dalam rutinitas, aturan, dan interaksi sosial yang menuntut proses adaptasi intensif. Ketidakmampuan menyesuaikan diri berpotensi menimbulkan stres, kecemasan, konflik interpersonal, serta menurunkan kesehatan mental. Oleh karena itu, diperlukan pemahaman mengenai bagaimana proses adaptasi berlangsung dan bagaimana hal tersebut mempengaruhi resiliensi psikologis santri. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengalaman adaptasi santri baru serta peran faktor-faktor pendukung yang menguatkan resiliensi dan

kesehatan mental mereka. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif melalui wawancara semi terstruktur dan observasi terhadap santri baru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa santri mengalami tekanan pada fase awal, seperti homesickness, rasa takut dinilai, rendah diri, dan dinamika pertemanan yang kompleks. Namun, dukungan teman sebaya, senior, dan sistem kegiatan pesantren menjadi faktor penting dalam membangun coping adaptif, meningkatkan rasa percaya diri, serta menumbuhkan kemandirian. Pengalaman adaptasi juga membantu santri mengembangkan pemahaman diri, regulasi emosi, serta perilaku tanggung jawab. Secara keseluruhan, proses adaptasi terbukti berperan dalam memperkuat resiliensi dan menjaga kesehatan mental santri baru. Penelitian ini menekankan perlunya program pendampingan adaptasi awal sebagai upaya preventif.

ABSTRACT

New students living in Islamic boarding schools face significant changes in routines, rules, and social interactions, requiring an intensive adaptation process. Failure to adapt can potentially lead to stress, anxiety, interpersonal conflict, and reduced mental health. Therefore, an understanding of how the adaptation process occurs and how it affects students' psychological resilience is necessary. This study aims to identify the adaptation experiences of new students and the role of supporting factors that strengthen their resilience and mental health. The research method used a qualitative approach through semi-structured interviews and observations of new students. The results showed that students experienced stress in the initial phase, such as homesickness, fear of being judged, low self-esteem, and complex friendship dynamics. However, support from peers, seniors, and the Islamic boarding school's activity system were important factors in building adaptive coping, increasing self-confidence, and fostering independence. The adaptation experience also helped students develop self-understanding, emotional regulation, and responsible behavior. Overall, the adaptation process was proven to play a role in strengthening resilience and maintaining the mental health of new students. This study emphasizes the need for an early adaptation mentoring program as a preventative measure.



This is an open access article under the [CC BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) license.

Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pendahuluan

Proses transisi yang dialami oleh santri baru saat memasuki lingkungan pesantren merupakan sebuah fase krusial yang ditandai dengan perubahan drastis pada rutinitas harian, sistem nilai, serta dinamika interaksi sosial. Lingkungan ini menuntut individu untuk memiliki tingkat kedisiplinan yang tinggi dan kepatuhan mutlak terhadap regulasi pesantren, yang sering kali berbanding terbalik dengan kebebasan yang mereka rasakan saat berada di lingkungan rumah. Akibatnya, pada tahap awal adaptasi, tidak jarang muncul respons emosional negatif yang bermanifestasi dalam bentuk keterkejutan budaya, rasa canggung dalam menjalin relasi dengan orang asing, serta ketidaknyamanan emosional akibat tuntutan kehidupan komunal yang sangat padat dan minim privasi (Nuqul, 2016).

Kompleksitas fenomena ini tidak hanya terbatas pada penyesuaian perilaku terhadap aturan formal, namun juga mencakup berbagai dimensi psikologis yang mendalam. Santri baru kerap kali berhadapan dengan beban emosional seperti perasaan rindu rumah yang mendalam (*homesickness*), kecemasan akan penilaian negatif dari lingkungan sosial, serta rendahnya rasa percaya diri dalam menghadapi lingkungan yang asing (Wahyuni et al., 2025). Tekanan ini semakin diperparah oleh adanya konflik interpersonal dalam dinamika kelompok, rasa malu yang timbul akibat sanksi disiplin, hingga kelelahan fisik yang ekstrem akibat jadwal kegiatan yang berlangsung nyaris tanpa henti. Kondisi ini menempatkan santri baru pada posisi yang rentan terhadap stres psikologis jika tidak dikelola dengan mekanisme pertahanan yang tepat.

Namun demikian, seiring dengan berjalannya waktu, sebagian besar santri mulai menginternalisasi nilai-nilai pesantren dan mengembangkan strategi koping yang lebih adaptif. Upaya ini terlihat dari kemampuan mereka dalam berbagi keluh kesah dengan sesama santri, mengalihkan stres melalui aktivitas yang rekreatif, serta mulai belajar menerima konsekuensi atas tindakan mereka sebagai bentuk tanggung jawab pribadi. Dalam konteks ini, keberadaan dukungan sosial yang suportif dari teman sebaya, senior, maupun pembimbing asrama memainkan peran yang sangat vital. Dukungan yang bersifat emosional, seperti mendengarkan keluhan dan memberikan motivasi, maupun dukungan praktis dalam membantu kesulitan sehari-hari, menjadi katalisator utama yang menstabilkan kondisi psikologis santri serta mempercepat keberhasilan proses adaptasi mereka.

Keberhasilan dalam melewati masa transisi ini pada akhirnya memicu pertumbuhan kompetensi personal yang signifikan, di mana santri mulai menunjukkan kemandirian, kemahiran dalam manajemen waktu, serta kemampuan regulasi emosi yang lebih matang melalui refleksi diri yang berkelanjutan. Atribut-atribut personal inilah yang menjadi pondasi dasar dalam pembentukan resiliensi psikologis santri. Oleh karena itu, melakukan penelitian mendalam mengenai proses adaptasi santri baru di lingkungan pesantren menjadi sangat krusial. Melalui pemahaman yang komprehensif terhadap dinamika psikologis selama masa transisi ini, lembaga pendidikan dapat mengidentifikasi berbagai faktor pelindung yang perlu diperkuat guna menjamin

terciptanya kesejahteraan psikologis serta kesehatan mental yang optimal bagi santri baru.

Fenomena Psikologis dan Dinamika Adaptasi

Namun demikian, seiring dengan berjalannya waktu, sebagian besar santri mulai menginternalisasi nilai-nilai pesantren dan mengembangkan strategi koping yang lebih adaptif. Upaya ini terlihat dari kemampuan mereka dalam berbagi keluh kesah dengan sesama santri, mengalihkan stres melalui aktivitas yang rekreatif, serta mulai belajar menerima konsekuensi atas tindakan mereka sebagai bentuk tanggung jawab pribadi. Dalam konteks ini, keberadaan dukungan sosial yang suportif dari teman sebaya, senior, maupun pembimbing asrama memainkan peran yang sangat vital. Dukungan yang bersifat emosional, seperti mendengarkan keluhan dan memberikan motivasi, maupun dukungan praktis dalam membantu kesulitan sehari-hari, menjadi katalisator utama yang menstabilkan kondisi psikologis santri serta mempercepat keberhasilan proses adaptasi mereka.

Pembentukan Resiliensi dan Kompetensi Personal

Keberhasilan dalam melewati masa transisi ini pada akhirnya memicu pertumbuhan kompetensi personal yang signifikan, di mana santri mulai menunjukkan kemandirian, kemahiran dalam manajemen waktu, serta kemampuan regulasi emosi yang lebih matang melalui refleksi diri yang berkelanjutan. Atribut-atribut personal inilah yang menjadi pondasi dasar dalam pembentukan resiliensi psikologis santri. Oleh karena itu, melakukan penelitian mendalam mengenai proses adaptasi santri baru di lingkungan pesantren menjadi sangat krusial. Melalui pemahaman yang komprehensif terhadap dinamika psikologis selama masa transisi ini, lembaga pendidikan dapat mengidentifikasi berbagai faktor pelindung yang perlu diperkuat guna menjamin terciptanya kesejahteraan psikologis serta kesehatan mental yang optimal bagi santri baru. Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah yang dapat diajukan antara lain: Bagaimana proses adaptasi psikologis yang dialami santri baru di lingkungan pesantren? Faktor-faktor apa saja yang menjadi pendukung (faktor pelindung) dalam meningkatkan resiliensi santri baru? Bagaimana peran dukungan sosial dalam menstabilkan kondisi emosional santri selama masa transisi?

Manfaat Penelitian penelitian ini memiliki kontribusi teoretis dalam memperluas wawasan ilmiah terkait peran proses adaptasi santri baru di lingkungan pesantren terhadap pembentukan resiliensi dan kesehatan mental. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan menyesuaikan diri, baik terhadap rutinitas harian, peraturan, maupun dinamika interaksi sosial, berkaitan erat dengan stabilitas emosional dan daya tahan psikologis individu. Selain itu, kajian ini memperkaya literatur mengenai adaptasi dalam konteks pendidikan berasrama, sehingga dapat dijadikan landasan konseptual bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji aspek psikologis remaja di lingkungan pesantren. Penelitian ini juga menegaskan pentingnya peran dukungan sosial, lingkungan yang suportif, serta keterampilan regulasi emosi sebagai komponen utama dalam mewujudkan proses adaptasi yang sehat.

Pembahasan

Penelitian ini mengungkap berbagai pengalaman adaptasi santri baru selama menjalani kehidupan di pesantren. Pada fase awal, santri menunjukkan respon emosional yang cukup kuat, seperti rasa kaget terhadap aturan yang ketat, perubahan rutinitas yang tiba-tiba, serta rasa canggung saat harus berinteraksi dengan banyak orang baru. Beberapa santri merasa takut dinilai, malu, bahkan mengalami homesickness. Perubahan lingkungan yang lebih disiplin dibandingkan rumah membuat mereka harus menyesuaikan perilaku dan kebiasaan secara bertahap. Selain perubahan emosional, tantangan sosial juga muncul, terutama terkait dinamika pertemanan. Santri mengaku pernah merasakan tekanan akibat adanya kelompok pertemanan tertentu (circle), konflik kecil, hingga perasaan dikucilkan. Meski demikian, proses adaptasi perlahan membaik seiring waktu. Santri mulai membangun hubungan positif, saling mengenal karakter teman sekelas, dan belajar untuk tidak mudah tersinggung atau terlibat konflik (Ardiansyah, 2023).

Terkait pengalaman menghadapi aturan dan hukuman, sebagian santri merasa malu atau tertekan ketika mendapatkan konsekuensi, seperti memakai kalung pelanggaran. Namun, mereka mengembangkan strategi coping seperti bercerita kepada teman, melakukan aktivitas menyenangkan (tidur, jajan, ngobrol), dan menerima kesalahan sebagai bagian dari proses belajar. Dukungan sosial dari teman sebaya, senior, ketua kamar, dan orang tua menjadi faktor penting yang membantu mereka mengatasi perasaan negatif. Adaptasi di pesantren juga memunculkan perubahan positif dalam diri santri. Mereka belajar mengatur waktu, menjadi lebih disiplin, mandiri, serta mampu mengelola emosi dengan lebih baik. Santri mengaku lebih mengenal diri sendiri karena sering mendapat masukan dari teman atau senior. Pada akhirnya, proses adaptasi berperan besar dalam membangun resiliensi, kemandirian, serta stabilitas kesehatan mental mereka.

Interpretasi Hasil Berdasarkan Teori Psikologi Klinis

Teori Sosiokultural – Lev Vygotsky

Vygotsky menekankan bahwa perkembangan individu sangat dipengaruhi oleh interaksi sosial, budaya, dan dukungan dari orang lain (*social scaffolding*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa santri baru sangat bergantung pada teman sebaya untuk bercerita, kakak kamar/senior untuk memberi arahan, dan lingkungan pesantren yang membantu membentuk kebiasaan baru. Temuan ini sejalan dengan konsep scaffolding, yaitu ketika individu belajar melalui bantuan orang yang lebih kompeten. Dalam proses adaptasi, senior, teman dekat, dan pembina kamar berfungsi sebagai “*scaffolds*” yang menuntun santri sampai mampu mandiri secara emosi maupun perilaku. Artinya, adaptasi santri berlangsung optimal karena lingkungan sosialnya menyediakan dukungan yang sesuai, sebagaimana dijelaskan oleh Vygotsky (AR, 2024).

Teori Psikososial – Erik Erikson

Santri dalam penelitian ini berada pada fase *Identity vs. Role Confusion* (remaja), yaitu tahap pencarian jati diri dan integrasi sosial. Temuan lapangan menunjukkan bahwa: Santri mengalami kebingungan identitas ketika memasuki lingkungan baru.

Mereka merasakan tekanan sosial, takut dinilai, dan adanya kelompok pertemanan (*circle*). Namun, mereka kemudian belajar mengenali diri, memahami karakter pribadi, belajar mengendalikan emosi, dan menjadi lebih mandiri. Hal ini memperlihatkan bahwa proses adaptasi yang mereka alami membantu mereka bertransisi dari kebingungan identitas menuju pembentukan identitas yang lebih stabil. Dengan demikian, kehidupan berasrama dan dinamika sosial yang ketat di pesantren menjadi konteks penting dalam menyelesaikan krisis psikososial tahap remaja menurut Erikson (Narti et al., 2025).

Konsep Coping – Lazarus & Folkman

Menurut Lazarus & Folkman, coping adalah usaha kognitif dan perilaku individu untuk mengatasi stres. Ada dua bentuk utama coping: Problem-focused coping (mengatasi sumber masalah) dan Emotion-focused coping (mengelola emosi). Berdasarkan hasil penelitian: Santri menggunakan emotion-focused coping seperti tidur, jajan, berbagi cerita, dan mencari hiburan ketika stres. Mereka juga menggunakan problem-focused coping, misalnya belajar mengatur waktu, menerima kesalahan, dan memperbaiki perilaku untuk menghindari hukuman. Temuan ini menunjukkan bahwa santri menggabungkan kedua jenis coping untuk mempertahankan keseimbangan psikologis mereka. Hal ini konsisten dengan teori Lazarus & Folkman bahwa coping bersifat fleksibel dan dipengaruhi oleh tuntutan situasi, terutama dalam lingkungan yang penuh aturan seperti pesantren (Wahyuni et al., 2025).

Berdasarkan temuan wawancara dan hasil observasi penelitian, santri baru menunjukkan berbagai tantangan pada tahap awal kehidupan di pesantren. Perubahan signifikan pada pola aktivitas sehari-hari, penerapan peraturan yang disiplin, serta tuntutan penyesuaian terhadap lingkungan sosial yang baru memicu munculnya tekanan psikologis. Para santri melaporkan perasaan rindu terhadap rumah, ketidaknyamanan dalam menjalin hubungan sosial, serta kekhawatiran akan penilaian dari lingkungan sekitar. Hal ini mengindikasikan bahwa fase awal adaptasi merupakan periode yang sangat menentukan dalam memengaruhi tingkat kenyamanan serta kestabilan emosional santri.

Tekanan psikologis yang muncul pada tahap awal adaptasi santri baru meliputi berbagai bentuk gangguan emosional, seperti kecemasan, rendahnya kepercayaan diri, kelelahan psikologis, serta munculnya konflik dalam hubungan sosial. Sejumlah santri mengungkapkan perasaan tertekan akibat intensitas kegiatan yang tinggi serta penerapan sanksi disiplin atas pelanggaran aturan pesantren. Kondisi tersebut berpotensi berdampak negatif terhadap kesehatan mental apabila tidak disertai dengan dukungan yang memadai. Hal ini menunjukkan bahwa ketidakmampuan santri dalam mengelola tekanan pada fase awal adaptasi dapat menjadi faktor penghambat dalam proses penyesuaian diri secara optimal.

Dukungan sosial memiliki peran yang signifikan dalam menunjang keberhasilan proses adaptasi santri baru di lingkungan pesantren. Kehadiran teman sebaya, senior, serta pembimbing pesantren berfungsi sebagai sumber dukungan emosional maupun instrumental. Santri cenderung merasakan ketenangan psikologis ketika memperoleh kesempatan untuk berbagi pengalaman, menerima arahan, serta mendapatkan bantuan

dalam memahami aturan dan budaya pesantren. Selain itu, sistem kegiatan pesantren yang tersusun secara terstruktur turut menciptakan rasa aman dan membantu santri dalam membangun pola rutinitas yang lebih teratur dan stabil.

Seiring berjalannya waktu, santri mulai membangun strategi koping yang lebih adaptif, antara lain melalui penerimaan terhadap kondisi lingkungan, kemampuan pengelolaan emosi, serta peningkatan kemandirian. Proses penyesuaian ini mendorong santri untuk belajar bertanggung jawab, mengembangkan keterampilan manajemen waktu, dan melakukan refleksi diri secara berkelanjutan. Pengalaman dalam menghadapi berbagai tantangan serta keberhasilan dalam menyesuaikan diri memberikan kontribusi signifikan terhadap terbentuknya resiliensi psikologis, yang tercermin dari meningkatnya kepercayaan diri serta kemampuan santri dalam menghadapi berbagai situasi yang menantang.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa proses adaptasi yang berlangsung secara optimal memberikan dampak positif terhadap kesehatan mental santri baru. Santri yang memperoleh dukungan sosial yang memadai serta mampu mengembangkan strategi koping yang adaptif cenderung menunjukkan kestabilan emosional yang lebih baik. Sebaliknya, santri yang mengalami hambatan dalam proses penyesuaian diri memiliki risiko lebih tinggi mengalami stres yang berkepanjangan. Dengan demikian, adaptasi perlu dipahami sebagai komponen esensial dalam upaya menjaga dan meningkatkan kesehatan mental santri di lingkungan pesantren (Fridiyanto, 2020).

Homesickness dan Respon Emosional Awal Santri

Pada tahap awal kehidupan di pesantren, santri baru umumnya mengalami homesickness yang ditandai oleh munculnya kerinduan terhadap keluarga, dorongan untuk kembali ke rumah, serta perasaan sedih yang terjadi secara berulang. Kondisi ini muncul sebagai akibat dari keterpisahan dengan orang tua dan lingkungan rumah yang sebelumnya menjadi sumber kenyamanan dan rasa aman. Respons emosional tersebut merupakan reaksi yang wajar terhadap perubahan lingkungan yang signifikan, namun berpotensi menimbulkan dampak negatif apabila berlangsung dalam jangka waktu yang panjang tanpa adanya dukungan yang memadai (Mumtaza, 2024).

Rasa takut dinilai dan rendahnya kepercayaan diri

Sebagian santri baru memperlihatkan kekhawatiran terhadap penilaian dari teman sebaya maupun senior. Ketakutan akan persepsi negatif dari lingkungan sosial mendorong santri untuk bersikap menarik diri, enggan berinteraksi, serta menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang rendah. Kondisi ini semakin dipengaruhi oleh keberagaman latar belakang santri serta keberadaan struktur hierarki sosial di lingkungan pesantren. Pengalaman tersebut berperan dalam memunculkan gejala kecemasan sosial pada fase awal proses adaptasi.

Dinamika pertemanan dan konflik interpersonal

Interaksi sosial di lingkungan pesantren mengharuskan santri menjalani kehidupan bersama dalam jangka waktu panjang dengan individu yang memiliki beragam karakter. Kondisi ini menimbulkan dinamika hubungan pertemanan yang cukup kompleks, termasuk munculnya kesalahpahaman dan konflik antarindividu. Sebagian santri

mengalami hambatan dalam menyesuaikan diri dengan kelompok tertentu, yang dapat menimbulkan perasaan terisolasi. Situasi konflik tersebut merupakan bagian dari proses adaptasi yang menuntut kemampuan keterampilan sosial serta pengelolaan emosi yang baik (Hamzah, 2014). Teman sebaya dan senior memegang peranan penting sebagai sumber dukungan emosional dan sosial bagi santri baru. Bentuk dukungan ini meliputi kesediaan untuk mendengarkan permasalahan, memberikan arahan, serta membantu santri memahami tata tertib pesantren. Keberadaan senior yang bersikap suportif membuat santri merasa lebih diterima dan berkontribusi dalam menurunkan tekanan psikologis yang muncul pada tahap awal proses adaptasi.

Pengembangan coping adaptif dan kemandirian

Melalui proses penyesuaian diri yang dialami, santri secara perlahan membangun strategi coping yang lebih efektif dan adaptif. Mereka belajar menerima realitas lingkungan, mengendalikan emosi negatif, serta meningkatkan rasa tanggung jawab terhadap diri sendiri. Tahapan ini berperan dalam menumbuhkan kemandirian dan kemampuan menghadapi berbagai tantangan, yang menjadi unsur penting dalam pembentukan resiliensi psikologis.

Regulasi emosi dan pembentukan resiliensi psikologis

Pengalaman menghadapi berbagai tekanan dan tuntutan di lingkungan pesantren mendorong santri untuk mengembangkan kemampuan regulasi emosi yang lebih matang. Santri menjadi lebih mampu mengontrol respons emosional, mengenali batasan diri, serta menyikapi permasalahan secara lebih konstruktif. Perkembangan regulasi emosi tersebut berkontribusi dalam memperkuat resiliensi psikologis, sehingga santri lebih siap menghadapi tantangan di masa depan (Sholichatun et al., 2025).

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa santri baru yang menetap di pesantren dihadapkan pada beragam tantangan penyesuaian diri pada tahap awal, mencakup perubahan rutinitas, penerapan aturan, serta dinamika interaksi sosial. Peralihan lingkungan yang cukup drastis memunculkan tekanan psikologis, seperti rasa rindu rumah, kecemasan, ketakutan terhadap penilaian sosial, rendahnya rasa percaya diri, hingga kompleksitas hubungan pertemanan. Kondisi ini menunjukkan bahwa fase adaptasi awal merupakan periode yang relatif rentan terhadap munculnya permasalahan kesehatan mental.

Meskipun demikian, proses adaptasi yang berlangsung secara bertahap juga memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan psikologis santri. Dukungan sosial yang diperoleh dari teman sebaya, senior, maupun pembimbing pesantren memiliki peran penting dalam membantu santri membangun strategi coping yang lebih adaptif. Melalui pengalaman tersebut, santri mampu mengembangkan kemandirian, meningkatkan regulasi emosi, menumbuhkan rasa tanggung jawab, serta memperdalam pemahaman terhadap diri sendiri. Secara keseluruhan, proses adaptasi ini berperan dalam memperkuat resiliensi psikologis dan menjaga kesehatan mental santri baru di lingkungan pesantren.

Saran

Berdasarkan hasil tersebut, pihak pesantren disarankan untuk memberikan perhatian lebih pada tahap awal masa tinggal santri baru melalui penyelenggaraan program pendampingan adaptasi. Program ini dapat mencakup layanan bimbingan psikologis, penguatan peran senior sebagai pendamping, serta pelaksanaan kegiatan yang mendorong terbentuknya interaksi sosial yang positif. Selain itu, diperlukan langkah-langkah preventif untuk mengurangi tekanan psikologis, seperti penyediaan layanan konseling dan pemberian edukasi terkait pengelolaan stres.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menelaah proses adaptasi santri dengan melibatkan partisipan yang lebih beragam serta menerapkan pendekatan dan metode penelitian yang berbeda, sehingga dapat diperoleh pemahaman yang lebih menyeluruh mengenai faktor-faktor yang berpengaruh terhadap resiliensi dan kesehatan mental santri di lingkungan pesantren.

Daftar Pustaka

- AR, M. A. (2024). " Optimalisasi Pembelajaran Fiqih Santri melalui Implementasi Strategi Diferensiasi"(Studi Kasus di Pondok Pesantren Darussa'adah Lirboyo Kediri). Universitas Islam Tribakti.
- Ardiansyah, D. (2023). Peran Pendidikan Pesantren dalam Membentuk Generasi Muda yang Berkarakter Integritas. *Integratia: Journal of Education, Human Development, and Community Engagement*, 1(2), 143–156.
- Fridiyanto, F. (2020). Dinamika Sosial Pesantren di Indonesia. *Al Mashaadir : Jurnal Ilmu Syariah*, 1(1). <https://doi.org/10.52029/jis.v1i1.1>
- Hamzah, S. H. (2014). Perkembangan Pesantren di Indonesia (Era Orde Lama, Orde Baru, Reformasi). *SYAMIL: Jurnal Pendidikan Agama Islam (Journal of Islamic Education)*, 2(1), 14. <https://doi.org/10.21093/sy.v2i1.490>
- Mumtaza, Y. (2024). Peran Teman Sebaya dalam Menanggulangi Homesickness dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Rantau. *LoroNG: Media Pengkajian Sosial Budaya*, 13(1), 44–51.
- Narti, W., Ramadan, M. P., Mulyawan, G., Jannah, M., Patalatu, J. S., Fatina, A. R., Budiman, A. A., Dewi, D. K., & Damayanti, E. S. (2025). Psikologi Anak Dan Remaja Dalam Konteks Pendidikan.
- Nuqul, F. L. (2016). Dukungan Sosial Untuk Mahasantri Ma'had Sunan Ampel Al Aly Uin Maliki Malang. <https://repository.uin-malang.ac.id/762/>
- Sholichatun, Y., Jamaluddin, M., Hikmah, N., & Shofia, N. (2025). The construction of resilience in the Qur'anic perspective. *Religia: Jurnal Ilmu-Ilmu keislaman*, 28(2), 200–220. <https://repository.uin-malang.ac.id/24809/>
- Wahyuni, E. N., Rahayu, I. T., & Hady, M. S. (2025). Analisa Kesehatan Mental Santri di Pesantren. Research Report. Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LP2M). <https://repository.uin-malang.ac.id/25569/>