

Pentingnya harmoni sosial dengan teman kamar di asrama

Dwi Ari Shofianatus Tsauriyah

Program Studi Manajemen Pendidikan Islam, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
e-mail: 250106110008@student.uin-malang.ac.id

Kata Kunci:

Harmoni sosial, asrama, teman sekamar, mahasiswa, kesejahteraan psikologis.

Keywords:

Social harmony, dormitory, roommate relationship, student, psychological well-being.

ABSTRAK

Harmoni sosial antara teman sekamar merupakan aspek penting dalam kehidupan asrama yang berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis, prestasi akademik, dan perkembangan sosial mahasiswa. Artikel ini bertujuan menganalisis pentingnya harmoni sosial dalam hubungan teman sekamar di asrama, faktor-faktor yang memengaruhinya, dampak yang ditimbulkan, serta strategi yang dapat diterapkan untuk membangun dan mempertahankannya. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka melalui analisis berbagai sumber ilmiah yang relevan mengenai kehidupan asrama, komunikasi interpersonal, dan hubungan sosial

mahasiswa. Hasil kajian menunjukkan bahwa komunikasi yang efektif, sikap saling menghormati, penghargaan terhadap batasan pribadi, dan pembagian tanggung jawab yang adil merupakan faktor utama dalam menciptakan harmoni sosial. Kehidupan asrama yang harmonis memberikan dampak positif berupa menurunnya tingkat stres, meningkatnya kenyamanan belajar, berkembangnya keterampilan sosial, serta terbentuknya dukungan emosional antar mahasiswa. Sebaliknya, disharmoni sosial dapat memicu konflik, gangguan kesehatan mental, dan penurunan performa akademik. Oleh karena itu, diperlukan sinergi antara mahasiswa dan institusi pendidikan dalam menciptakan lingkungan asrama yang kondusif, inklusif, dan mendukung perkembangan akademik maupun sosial mahasiswa secara berkelanjutan.

ABSTRACT

Social harmony among roommates is an essential aspect of dormitory life that significantly influences students' psychological well-being, academic achievement, and social development. This article aims to analyze the importance of social harmony in roommate relationships, the factors affecting it, its impacts, and the strategies required to build and maintain harmonious interactions in dormitory settings. The study employs a qualitative approach using a literature review method by examining various academic sources related to dormitory life, interpersonal communication, and student social relationships. The findings reveal that effective communication, mutual respect, recognition of personal boundaries, and fair distribution of responsibilities are the primary factors contributing to social harmony. A harmonious dormitory environment provides positive outcomes, including reduced stress levels, improved learning comfort, enhanced social skills, and stronger emotional support among students. Conversely, social disharmony may lead to conflicts, mental health problems, and decreased academic performance. Therefore, collaboration between students and educational institutions is necessary to create a supportive, inclusive, and conducive dormitory environment that promotes both academic success and social development in a sustainable manner.



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

Asrama mahasiswa merupakan salah satu sarana penting yang disediakan perguruan tinggi untuk mendukung proses pendidikan dan pembentukan karakter mahasiswa. Selain berfungsi sebagai tempat tinggal, asrama juga menjadi ruang interaksi sosial yang mempertemukan individu dari berbagai latar belakang budaya, agama, daerah asal, kebiasaan, dan karakter personal. Keberagaman tersebut menciptakan peluang besar bagi pengembangan keterampilan sosial mahasiswa, namun pada saat yang sama berpotensi menimbulkan konflik apabila tidak dikelola dengan baik (Utari et al., 2014). Dalam konteks ini, hubungan antara teman sekamar menjadi salah satu faktor yang paling menentukan kualitas kehidupan mahasiswa di asrama.

Harmoni sosial dalam kehidupan asrama mengacu pada kondisi hubungan yang ditandai oleh adanya saling pengertian, rasa hormat, kerja sama, dan kemampuan menyelesaikan perbedaan secara konstruktif (Basid & Fatim, 2024). Keharmonisan hubungan teman sekamar berpengaruh langsung terhadap kenyamanan hidup, kesehatan mental, dan produktivitas akademik mahasiswa. Sebaliknya, konflik yang berkepanjangan dapat menyebabkan stres, kecemasan, gangguan tidur, hingga menurunkan motivasi belajar (Desty, 2025). Oleh karena itu, harmoni sosial tidak hanya menjadi kebutuhan interpersonal, tetapi juga menjadi faktor pendukung keberhasilan mahasiswa dalam menjalani kehidupan akademik.

Perubahan lingkungan dari sekolah menengah menuju perguruan tinggi juga menuntut mahasiswa, khususnya mahasiswa tahun pertama, untuk melakukan proses adaptasi yang tidak mudah. Mereka harus belajar hidup mandiri, menyesuaikan diri dengan aturan asrama, serta membangun hubungan dengan individu yang sebelumnya tidak dikenal. Situasi ini menjadikan harmoni sosial sebagai kebutuhan mendasar yang perlu mendapat perhatian baik dari mahasiswa maupun pengelola asrama (Amalia, 2025).

Kajian mengenai harmoni sosial di lingkungan asrama menjadi penting karena sebagian besar penelitian tentang keberhasilan akademik mahasiswa masih berfokus pada faktor individu seperti motivasi belajar, kemampuan akademik, atau manajemen waktu. Padahal, lingkungan sosial tempat mahasiswa tinggal memiliki pengaruh yang tidak kalah besar terhadap keberhasilan akademik dan kesejahteraan psikologis mereka.

Pentingnya penelitian ini juga didorong oleh meningkatnya kebutuhan perguruan tinggi untuk menciptakan lingkungan belajar yang aman, nyaman, dan inklusif. Dalam konteks pendidikan tinggi yang semakin multikultural, kemampuan mahasiswa membangun hubungan harmonis dengan teman sekamar menjadi modal sosial yang penting untuk mendukung proses pembelajaran dan pembentukan karakter. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan kajian harmoni sosial serta menjadi dasar bagi penyusunan kebijakan pengelolaan asrama yang lebih efektif.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (*library research*). Data diperoleh dari berbagai sumber sekunder yang relevan, seperti

artikel jurnal ilmiah, buku, hasil penelitian terdahulu, laporan akademik, dan sumber referensi lain yang membahas kehidupan asrama, komunikasi interpersonal, harmoni sosial, serta kesejahteraan mahasiswa.

Data dianalisis menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*) untuk mengidentifikasi konsep-konsep utama yang berkaitan dengan faktor pembentuk harmoni sosial, dampaknya terhadap kehidupan mahasiswa, serta strategi yang dapat diterapkan untuk menciptakan hubungan yang harmonis di lingkungan asrama. Pendekatan ini dipilih karena mampu memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai fenomena sosial yang menjadi fokus penelitian.

Beberapa penelitian sebelumnya telah mengkaji berbagai aspek yang berkaitan dengan harmoni sosial dan kehidupan mahasiswa. (Hasanah & Kumalasari, 2015) menjelaskan bahwa hubungan sosial yang positif dapat meningkatkan kemampuan individu dalam berinteraksi serta memperkuat integrasi sosial. (Amanah & Jannah, 2025) menekankan pentingnya kohesi sosial sebagai fondasi terciptanya harmoni dalam kehidupan komunitas yang beragam. Penelitian (Lestari S, 2020) menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama sering menghadapi tekanan psikologis akibat proses transisi menuju kehidupan kampus, sehingga dukungan sosial dari lingkungan sekitar menjadi faktor penting dalam proses adaptasi. Sementara itu, (Saputra, n.d.) menemukan bahwa dukungan teman sebaya berkontribusi terhadap peningkatan produktivitas akademik dan rasa percaya diri mahasiswa.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian tersebut lebih banyak membahas hubungan sosial secara umum dan belum secara spesifik mengkaji pentingnya harmoni sosial dalam hubungan teman sekamar di asrama. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi kesenjangan tersebut dengan memfokuskan kajian pada faktor-faktor pembentuk harmoni sosial, dampaknya bagi mahasiswa, serta peran institusi dalam mendukung terciptanya lingkungan asrama yang harmonis.

Penelitian ini menggunakan Teori Interaksi Simbolik yang dikembangkan oleh George Herbert Mead dan Herbert Blumer sebagai landasan utama. Teori ini menjelaskan bahwa hubungan sosial terbentuk melalui proses interaksi dan pemberian makna terhadap tindakan maupun perilaku individu lain (Blumer, 1966). Dalam konteks kehidupan asrama, mahasiswa membangun hubungan dengan teman sekamar melalui komunikasi, interpretasi perilaku, dan proses penyesuaian yang berlangsung secara terus-menerus. Semakin positif interaksi yang terjadi, semakin besar peluang terbentuknya harmoni sosial.

Selain itu, penelitian ini juga menggunakan konsep Kohesi Sosial yang menjelaskan bahwa hubungan harmonis dalam suatu kelompok terbentuk melalui rasa memiliki, kepercayaan, kerja sama, dan komitmen terhadap tujuan bersama. Dalam kehidupan asrama, kohesi sosial tercermin dalam kemampuan mahasiswa untuk saling menghormati, berbagi tanggung jawab, dan menjaga kenyamanan bersama. Tingkat kohesi sosial yang tinggi akan memperkuat solidaritas kelompok serta mengurangi potensi konflik.

Kedua teori tersebut saling melengkapi dalam menjelaskan bagaimana interaksi sehari-hari antar teman sekamar dapat menghasilkan hubungan yang harmonis dan

berdampak positif terhadap kesejahteraan psikologis maupun keberhasilan akademik mahasiswa.

Pembahasan

Asrama merupakan salah satu fasilitas penting dalam kehidupan kampus yang menyediakan tempat tinggal bagi mahasiswa selama masa studi. Umumnya pengadaan asrama dibangun berdasarkan tiga fungsi utama, yaitu sebagai tempat interaksi sosial, peningkatan akademik, dan kesejahteraan mahasiswa (MITSALINA, 2022). Di dalam asrama, mahasiswa tidak hanya menjalani kehidupan akademik, tetapi juga berinteraksi secara intensif dengan sesama penghuni, khususnya teman sekamar. Gaya hidup menggambarkan pola terstruktur dalam cara berinteraksi, memahami, atau menghargai artefak budaya material untuk mengaitkan status dalam situasi yang tidak familiar (Ahmad Ali Farhan, 2023). Kondisi ini menciptakan dinamika sosial yang kompleks dan memiliki pengaruh besar terhadap kualitas kehidupan mahasiswa secara keseluruhan.

Harmoni sosial dapat dipahami sebagai kondisi hubungan antarindividu yang ditandai dengan kerukunan, saling pengertian, dan minimnya konflik, sehingga tercipta rasa aman dan nyaman dalam kehidupan bersama (Hasanah & Kumalasari, 2015). Harmoni bukan keterpaksaan, tetapi ada sistim dan aturan yang menjadi kesepakatan bersama yang semua komponen berusaha menjaganya karena menyangkut kepentingan bersama (Agung, 2019). Harmoni sosial dalam konteks kehidupan asrama dapat diartikan sebagai kondisi di mana individu-individu yang berbagi ruang hidup mampu hidup berdampingan secara damai, saling menghormati, dan mendukung satu sama lain. Namun, untuk mencapai kondisi tersebut tidaklah selalu mudah. Perbedaan latar belakang budaya, kebiasaan, nilai-nilai, dan gaya hidup seringkali menjadi sumber gesekan antar teman sekamar. Terutama ketika baru pertama kali masuk asrama sangat membutuhkan waktu adaptasi yang lebih lama untuk dapat menerima hal baru. Ada banyak faktor-faktor berbeda yang mempengaruhi kehidupan mahasiswa tahun pertama di kampus saat mereka bertransisi dari sekolah menengah ke perguruan tinggi (Hicks & Heastie, 2018).

Lingkungan pertemanan menjadi hal yang tidak bisa diremehkan, sebab secara tidak sadar seorang anak akan membaca setiap sikap, prilaku, dan tingkah dari teman temannya yang dimana hal tersebut akan berdampak pada pertumbuhan maupun perkembangan anak dalam belajar (Abdullah Azzam, 2024). Kualitas hubungan dengan teman sekamar memiliki korelasi signifikan dengan kesejahteraan psikologis dan prestasi akademik mahasiswa. Mahasiswa yang mengalami konflik berkepanjangan dengan teman sekamar cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi, gangguan tidur, dan penurunan motivasi belajar. Adanya beberapa bentuk pola asuh tersebut akan memberikan dampak masing-masing dalam pembentukan perilaku religius dan motivasi belajar (Ksatria, 2024). Teman yang memiliki pola pikir positif dan berorientasi pada pendidikan dapat memotivasi teman-temannya untuk lebih giat belajar (Nasywa Shofi, 2025). Oleh karenanya mahasiswa yang hidup dalam lingkungan asrama yang harmonis cenderung lebih bahagia, produktif, dan mampu mengembangkan keterampilan sosial yang berharga.

Faktor-faktor yang mempengaruhi harmoni sosial di asrama

Interaksi antara manusia dan lingkungan akan mengarahkan pada pola perilaku tertentu yang sesuai dengan situasi dan konteks yang ada, dimana kesesuaian-keseserasian diantaranya akan melahirkan suatu lingkungan binaan, yang disebut sebagai arsitektur (Muchlis, 2023). Harmoni sosial dalam kehidupan asrama dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan. Faktor pertama adalah komunikasi. Hal itu dikarenakan komunikasi adalah bagian dari aktivitas kita sehari-hari yang tidak terpisahkan. Komunikasi yang terbuka, jujur, dan saling menghargai merupakan fondasi utama dalam membangun hubungan yang harmonis. Dialog yang terbuka, jujur, dan tidak defensif sangat penting untuk menghindari miskomunikasi dan menyelesaikan konflik kecil sebelum membesar (Mahanani, 2024). Dalam konteks mahasiswa, komunikasi bukan sekadar berbicara atau menulis. Melainkan mengenai persoalan kemampuan menyampaikan ide dengan jelas, mendengarkan dengan empati, bernegosiasi, hingga memahami perbedaan perspektif. Mahasiswa yang mampu mengungkapkan perasaan, kebutuhan, dan harapannya secara konstruktif cenderung lebih berhasil dalam mengelola konflik sebelum berkembang menjadi masalah yang lebih besar. Mahasiswa yang bisa berkomunikasi dengan baik akan lebih mudah membangun relasi baik di lingkungan organisasi ataupun di lingkungan akademik. Oleh karenanya komunikasi menjadi penting dalam membangun hubungan dengan teman sekamar untuk hidup bersama.

Faktor kedua adalah rasa saling menghormati. Setiap individu memiliki keunikan tersendiri yang perlu dihargai, meliputi perbedaan budaya, agama, kebiasaan, dan ritme kehidupan sehari-hari. Sikap saling menghormati sangat penting dalam anggota kamar. Dengan saling menghormati, akan dapat menjaga keberagaman, meningkatkan persatuan, mendorong kerja sama yang baik, dan membangun sikap toleransi. Sikap saling menghormati merupakan landasan utama dalam menciptakan harmoni sosial, toleransi, dan kehidupan damai. Rasa hormat yang dapat diwujudkan dalam perilaku nyata dalam kegiatan sehari-hari seperti dengan menjaga kebersihan, tidak membuat kebisingan di luar batas wajar, dan menghormati privasi. Hal tersebut sangat menentukan kualitas hubungan teman sekamar.

Faktor ketiga adalah penetapan dan penghormatan terhadap batasan pribadi. Dalam kehidupan bersama, penting bagi setiap individu untuk menyampaikan dan menghormati batasan-batasan yang disepakati bersama, baik menyangkut penggunaan barang pribadi, jadwal aktivitas, maupun pengaturan tamu. Aturan kamar yang disusun bersama (jam belajar, jam tidur, kebersihan, tamu) memperkuat rasa keadilan dan kebersamaan (Herdiana, 2017). Ketidakjelasan atau pelanggaran terhadap batasan inilah yang seringkali menjadi pemicu utama munculnya konflik.

Faktor keempat adalah pembagian tanggung jawab yang adil. Dalam lingkungan asrama, sejumlah tanggung jawab itu bersifat kolektif, seperti kebersihan kamar dan pengelolaan pengeluaran bersama. Ketidak seimbangan dalam pembagian tanggung jawab ini akan dapat menimbulkan rasa tidak adil dan berujung pada ketegangan hubungan. Oleh karenanya pembagian tanggung jawab harus dilakukan bersama dan atas dasar persetujuan bersama dengan perasaan saling menghargai satu sama lain sehingga tercipta keadilan.

Dampak harmoni sosial terhadap mahasiswa

Dampak harmoni sosial yang positif terhadap kehidupan mahasiswa sangatlah luas. Dari sisi kesejahteraan psikologis, mahasiswa yang hidup dalam lingkungan asrama yang harmonis mengalami tingkat stres yang lebih rendah, merasa lebih aman dan nyaman, serta memiliki kondisi emosional yang lebih stabil. Kondisi ini sangat penting mengingat tekanan akademik yang dihadapi mahasiswa selama masa studi. Tinggal dengan teman kamar yang harmonis dapat menurunkan stres dan kecemasan mahasiswa, terutama mahasiswa baru yang jauh dari keluarga. Dukungan emosional dari teman kamar, seperti tempat bercerita, mendengar, dan memberi saran sederhana, membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik dan sosial.

Dari sisi akademik, lingkungan asrama yang harmonis mendukung terciptanya kondisi belajar yang kondusif. Mahasiswa dapat berkonsentrasi lebih baik, mendapatkan istirahat yang cukup, dan bahkan saling mendukung dalam kegiatan akademik. Dukungan sosial teman sebaya juga meningkatkan motivasi belajar dan rasa percaya diri ketika berada di situasi yang menuntut bertanya maupun berdiskusi. Mahasiswa yang merasa didukung teman sebaya cenderung lebih mudah menghadapi tuntutan akademik (Hayani, 2025). Tidak jarang ketika teman sekamar yang memiliki hubungan baik akan saling membantu dalam pemahaman materi kuliah atau bahkan sekedar mengingatkan satu sama lain tentang tenggat waktu tugas.

Dari sisi pengembangan diri, interaksi intensif dengan teman sekamar memberikan kesempatan emas bagi mahasiswa untuk mengasah dan mengembangkan berbagai keterampilan sosial yang berharga, seperti kemampuan bernegosiasi, berkompromi, mengelola perbedaan pendapat, dan membangun hubungan yang bermakna melalui komunikasi yang santai tetapi bermakna. Kemampuan bernegosiasi yang terlatih saat membagi tugas seperti pembagian piket atau sekedar menyelesaikan konflik kecil yang mirip dengan negosiasi tim di tempat bekerja. Kemudian kompromi dan pengelolaan perbedaan membentuk empati dan toleransi, yang membantu mahasiswa membangun pengetahuan sosial melalui pengalaman nyata. Sementara hubungan bermakna yang terjalin bisa menjadi jaringan dukungan emosional. Keterampilan-keterampilan ini tidak hanya untuk kenyamanan kehidupan di asrama tetapi juga akan sangat berguna dalam kehidupan profesional dan sosial di masa yang akan datang nantinya.

Sebaliknya, disharmoni sosial membawa dampak negatif yang signifikan terhadap kesehatan mental dan akademik. Konflik dengan teman sekamar yang tidak terselesaikan seperti perselisihan soal kebisingan atau pembagian tanggung jawab yang tidak merata akan dapat menyebabkan gangguan tidur, kecemasan, penurunan konsentrasi belajar, dan bahkan risiko depresi. Dalam kasus yang parah, kondisi ini dapat memaksa mahasiswa untuk mengajukan perpindahan kamar atau bahkan keluar dari asrama, yang pada gilirannya mengganggu kelangsungan studi mereka. Beberapa studi kasus toxic friendship di kalangan mahasiswa mengkonfirmasi bahwa hubungan manipulatif akan dapat menurunkan harga diri, fokus akademik, dan meningkatkan isolasi, yang mirip dengan efek bullying di lingkungan serumah. Oleh karenanya diperlukan adanya mitigasi seperti pihak institusi yang menyediakan konseling asrama dan pelatihan resolusi konflik yang berbasis pedagogi humanistik, agar dapat belajar mengubah ancaman menjadi peluang pengembangan.

Strategi membangun dan mempertahankan harmoni sosial

Terdapat sejumlah strategi yang dapat diterapkan untuk membangun dan mempertahankan harmoni sosial dalam kehidupan asrama. Pertama, komunikasi proaktif sejak awal. Ketika mahasiswa pertama kali berbagi kamar dengan orang lain, sangat dianjurkan untuk segera membangun komunikasi terbuka mengenai kebiasaan, preferensi, dan harapan masing-masing. Diskusi awal mengenai pembagian ruang, jadwal penggunaan fasilitas, dan norma-norma bersama dapat mencegah banyak konflik di kemudian hari.

Kedua, pengelolaan konflik yang konstruktif. Konflik adalah hal yang tidak dapat dihindari dalam kehidupan bersama terutama sekamar. Yang terpenting adalah bagaimana konflik tersebut dikelola bukan untuk dihindari. Pendekatan yang dianjurkan meliputi memilih waktu dan suasana yang tepat untuk diskusi atau membahas masalah misalnya menggunakan waktu setelah makan malam, menggunakan bahasa yang tidak menyalahkan, berfokus pada solusi bersama daripada kemenangan, serta bersedia untuk berkompromi misalkan bergantian memilih. Terdapat penawaran kerangka praktis dengan memprioritaskan kolaborasi atau kerja sama tinggi untuk win-win solution, atau kompromi saat waktu terbatas yang terbukti dapat mengurangi konflik antar mahasiswa dalam studi di asrama. Strategi lain termasuk mediasi oleh ketua kamar atau dengan pendamping dan adanya komunikasi terbuka secara rutin, yang mampu memperkuat hubungan dan mencegah eskalasi ke stres akademik. Nantinya dengan adanya latihan inilah dapat mengasah keterampilan untuk karir masa depan yang selaras dengan pendekatan yang menekankan dialog musyawarah, sehingga tidak hanya untuk bertahan di asrama saja.

Ketiga, membangun koneksi positif secara aktif, yang juga merupakan salah satu pondasi harmoni sosial jangka panjang dalam kehidupan sekamar. Hubungan yang baik tidak tumbuh dengan sendirinya, tetapi perlu dipupuk melalui usaha yang sadar secara aktif. Seperti dengan meluangkan waktu untuk melakukan kegiatan bersama misalnya menonton film bareng di akhir pekan, menunjukkan apresiasi verbal atas kontribusi teman sekamar misalnya melalui tiga kata sakti maaf tolong dan terima kasih, dan mendukung satu sama lain dalam momen penting atau bahkan krusial merupakan investasi sosial yang berharga dalam membangun hubungan yang harmonis.

Ikatan yang aman itu terbentuk melalui interaksi positif berulang, mirip proses di asrama di mana rutinitas harian itu membentuk rasa aman emosional. Dengan meluangkan sedikit waktu dan melakukan kegiatan sederhana bersama nyatanya terbukti dapat memperkuat solidaritas terutama seperti budaya yang ada di Indonesia. Hasilnya mahasiswa lebih resilien terhadap stres akademik, dengan hubungan yang tahan uji waktu hingga pasca-asrama atau bahkan pasca-kuliah. Dalam tasawuf islam yang menekankan ukhuwah atau persaudaraan melalui muhasabah bersama, menjadikan asrama sebagai laboratorium pengembangan akhlak.

Peran institusi dalam mendukung harmoni sosial

Institusi pendidikan dan pengelola asrama memiliki peran yang sangat penting dalam menciptakan ekosistem yang mendukung harmoni sosial. Program orientasi asrama yang komprehensif, yang mencakup pelatihan keterampilan komunikasi dan

pengelolaan konflik, dapat mempersiapkan mahasiswa untuk menghadapi tantangan kehidupan bersama dengan lebih baik (Sinaga et al., 2026).

Kebijakan asrama yang jelas dan adil sangat penting untuk menciptakan kehidupan bersama yang tertib, aman, dan harmonis. Dengan adanya aturan yang mengatur hak dan kewajiban setiap penghuni dapat membantu mencegah kesalahpahaman, mengurangi potensi konflik, serta memastikan bahwa semua orang diperlakukan secara adil dan setara. Dengan adanya kebijakan yang tegas tetapi tetap adil, penghuni asrama memiliki pedoman yang jelas mengenai perilaku yang diharapkan, batasan penggunaan fasilitas, serta konsekuensi apabila terjadi pelanggaran. Oleh karenanya kebijakan merupakan salah satu kerangka penting dalam mendukung kehidupan asrama yang tertib dan harmonis.

Selain itu, penyediaan fasilitas bersama yang memadai juga menjadi faktor utama dalam menunjang kenyamanan hidup di asrama. Fasilitas seperti kamar mandi yang bersih, ruang belajar, area istirahat, dan sarana kebersihan yang perlu dijaga kualitas dan ketersediannya agar dapat digunakan secara optimal oleh semua penghuni. Fasilitas yang baik bukan hanya persoalan meningkatkan kenyamanan, tetapi juga mendukung aktivitas sehari-hari agar dapat berlangsung lebih efisien dan teratur.

Sistem pengelolaan keluhan yang responsif turut berkontribusi pada terciptanya lingkungan asrama yang nyaman bagi semua penghuni. Sistem ini perlu diterapkan agar setiap masalah yang muncul dapat segera ditangani. Setiap penghuni harus memiliki saluran yang mudah diakses untuk menyampaikan setiap keluhan, saran, maupun masukan terkait kondisi asrama. Tetapi juga perlu didukung dengan respons yang cepat dan solusi yang tepat, sehingga rasa percaya penghuni terhadap pengelola akan meningkat, sekaligus akan mencegah persoalan kecil yang dapat berkembang menjadi konflik yang lebih besar.

Program-program yang mendorong interaksi sosial positif antar penghuni asrama memainkan peran krusial dalam membangun komunitas yang solid dan inklusif. Kegiatan komunal seperti gotong royong membersihkan fasilitas bersama, yang tidak hanya mempererat ikatan persaudaraan tetapi juga mengajarkan nilai gotong royong dan kerjasama tim. Melalui aktivitas ini penghuni belajar saling mengenal secara lebih dekat, berbagi cerita hidup, dan menghargai keragaman budaya yang ada.

Selain itu, kelompok diskusi atau study group yang rutin diadakan dapat menjadi wadah untuk berbagi pengetahuan dan pengalaman akademik. Dengan adanya perbedaan berbagai jurusan dan latar belakang akan muncul perasaan atau keinginan untuk saling mendukung dalam belajar, berdiskusi tentang isu-isu terkini, serta mengeksplorasi hobi bersama. Tidak hanya meningkatkan motivasi untuk prestasi akademik, tetapi juga membangun rasa saling percaya dan empati antar sesama.

Acara budaya seperti pentas seni juga dapat menjembatani perbedaan. Sebagai contoh, kekayaan budaya, tradisi dan kearifan lokal Plateau (dataran tinggi) Dieng yang melimpah, hanya dinikmati sebagai atraksi budaya dan seni belaka, namun tidak menelisik lebih jauh keagungan dan nilai-nilai kebijaksanaan didalamnya (Prastyo, 2022). Dengan menunjukkan, mempresentasikan, menampilkan tradisi daerah masing-masing seperti lewat tarian dan musik, yang mampu menciptakan ruang apresiasi

terhadap keragaman, dan mempererat hubungan antar mahasiswa lewat kenangan positif yang abadi dari berbagai latar belakang. Kemudian pada akhirnya program-program ini tak hanya mempererat hubungan antar mahasiswa saja tetapi, juga membentuk karakter sosial yang lebih baik yang siap menghadapi kehidupan multikultural di masyarakat luas.

Memanfaatkan sumber dukungan yang tersedia. Banyak institusi pendidikan menyediakan layanan konseling atau mediasi yang dapat membantu mahasiswa dalam mengelola konflik dengan teman sekamar. Selain itu, peran pengelola asrama sebagai fasilitator yang netral juga sangat penting dalam membantu penyelesaian konflik yang tidak dapat diselesaikan secara mandiri.

Kesimpulan dan Saran

Harmoni sosial dalam hubungan teman sekamar merupakan unsur penting yang menentukan kualitas kehidupan mahasiswa di asrama. Keharmonisan tersebut tidak terbentuk secara otomatis, melainkan melalui proses interaksi yang didukung oleh komunikasi yang efektif, sikap saling menghormati, penghargaan terhadap batasan pribadi, serta pembagian tanggung jawab yang adil. Kehidupan asrama yang harmonis terbukti mampu menciptakan lingkungan yang nyaman, aman, dan mendukung perkembangan akademik maupun sosial mahasiswa.

Selain memberikan manfaat bagi kesejahteraan psikologis, harmoni sosial juga berkontribusi terhadap peningkatan motivasi belajar, kemampuan beradaptasi, serta pengembangan keterampilan sosial yang dibutuhkan dalam kehidupan bermasyarakat dan dunia kerja. Sebaliknya, konflik yang tidak terselesaikan dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mental, produktivitas akademik, dan kualitas hubungan antar penghuni asrama.

Oleh karena itu, mahasiswa perlu mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal, empati, dan kemampuan resolusi konflik sejak awal masa tinggal di asrama. Kesadaran untuk menghargai perbedaan serta membangun hubungan yang positif harus menjadi bagian dari budaya kehidupan bersama di lingkungan asrama.

Di sisi lain, institusi pendidikan dan pengelola asrama perlu menyediakan program orientasi, layanan konseling, sistem mediasi konflik, serta kegiatan sosial yang mampu memperkuat interaksi positif antar penghuni. Dukungan kelembagaan yang konsisten akan membantu menciptakan ekosistem asrama yang inklusif, harmonis, dan mendukung keberhasilan mahasiswa baik secara akademik maupun sosial.

Daftar Pustaka

- Agung, Y. R. (2019). Kohesi Sosial Dalam Membentuk Harmoni Kehidupan Komunitas. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 3(1), 37–43. <https://repository.uin-malang.ac.id/4596/>
- Amalia, A. (2025). *Pengaruh Kesopanan Komunikasi Terhadap Keharmonisan Relasi di Lingkungan Asrama Pondok Pesantren DDI Ujung Lare*. IAIN PAREPARE.

- Amanah, N., & Jannah, D. R. (2025). Pentingnya integrasi nilai-nilai pribadi, keluarga dan masyarakat untuk mewujudkan keharmonisan sosial. *Journal of Islamic Studies*, 2(4), 419–428.
- Basid, A., & Fatim, A. L. N. (2024). *Harmoni Panca Jiwa dan Islam Moderat dalam Tradisi Pondok Pesantren*. Edulitera. <https://repository.uin-malang.ac.id/22286/>
- Blumer, H. (1966). Sociological implications of the thought of George Herbert Mead. In *American journal of sociology* (Vol. 71, Number 5, pp. 535–544). University of Chicago Press.
- Desty, D. L. (2025). *Komunikasi Antarbudaya Dalam Membangun Harmoni Sosial Pada Masyarakat Plural Di Desa Way Kalam Kecamatan Penengahan Kabupaten Lampung Selatan*. UIN Raden Intan Lampung.
- Hasanah, N., & Kumalasari, D. (2015). Penggunaan Handphone Dan Hubungan Teman Pada Perilaku Sosial Siswa Smp Muhammadiyah Luwuk Sulawesi Tengah. *Harmoni Sosial: Jurnal Pendidikan IPS*, 2(1), 55–70.
- Hayani, Z. (2025, December 8). *Dampak Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Produktivitas Akademik Mahasiswa | GentaFKIP*.
- Herdiana, D. (2017, March 21). *Penuh Cinta dan Saling Berbagi di Asrama Mahasiswa | Muda*. <https://muda.kompas.id/baca/2017/03/21/penuh-cinta-dan-saling-berbagi-di-asrama-mahasiswa/>
- Hicks, T., & Heastie, S. (n.d.). High School to College Transition: A Profile of the Stressors, Physical and Psychological Health Issues That Affect the First-Year On-Campus College Student. 2018.
- Lestari S, A. K. (2020). *Hubungan antara sense of humor dengan stres akademik mahasiswa kedokteran universitas lampung*. UIN Raden Intan Lampung.
- Mahanani, N. A., Rahwiku. (n.d.). 7 Faktor Pendukung Harmoni Sosial, Materi Sosiologi Kelas XI Kurikulum Merdeka—Semua halaman | Adjar. Retrieved April 28, 2026, from <https://adjar.grid.id/read/543983355/7-faktor-pendukung-harmoni-sosial-materi-sosiologi-kelas-xi-kurikulum-merdeka?page=all>
- Muchlis, A. F. (2023). Metode Penelitian Survei-Kuesioner untuk Kesesakan dan Privasi pada Hunian Asrama. *Jurnal Lingkungan Binaan Indonesia*, 12(3), 154–163. <https://doi.org/10.32315/jlbi.v12i3.252>
- Prastyo, A. T. (2022). Kesadaran Keagamaan dan Harmoni Sosial Muslim Plateau Dieng. *At-Tafkir*, 15(1), 44–69. <https://repository.uin-malang.ac.id/11268/>
- Saputra, I. (n.d.). *Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Mengatasi Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Islam*.
- Sinaga, A. V., Sianipar, R., Kartini, Arsal, U. W., & Sihombing, L. (2026). Membangun Harmoni Sosial: Penguatan Sikap Toleransi Dalam Masyarakat Multikultural. *JURNAL ABDIMAS MADUMA*, 5(1), 168–175. <https://doi.org/10.52622/jam.v5i1.628>
- Utari, R., Sutapa, M., & Rahmawati, T. (2014). Pembentukan iklim sosial-akademik di asrama mahasiswa. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 19(1).