

---

**KONSELING EKOLOGI SEBAGAI PENDEKATAN HOLISITK UNTUK  
MENGATASI TANTANGAN SOSIAL ANAK AKIBAT PERBEDAAN MINDSET DAN  
CULTURE SHOCK DI LINGKUNGAN PESANTREN**

Risqiyah Fadhilah Rosie<sup>1</sup>, Zahratu Ashfa'an Nabilah<sup>2</sup>, Agus Santoso<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Email: [risqiyah.rosie@gmail.com](mailto:risqiyah.rosie@gmail.com)<sup>1</sup>, [zahranabilah05516@gmail.com](mailto:zahranabilah05516@gmail.com)<sup>2</sup>,  
[agus.santoso@uinsa.ac.id](mailto:agus.santoso@uinsa.ac.id)<sup>3</sup>

**Abstrak:** Konseling ekologi menjadi pendekatan efektif untuk mengatasi tantangan sosial santri akibat perbedaan *mindset* dan *culture shock* di pesantren. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas konseling ekologi melalui *Systematic Literature Review* (SLR). Metode SLR mengkaji tujuh jurnal (2015–2024) dengan sintesis naratif, fokus pada *culture shock*, *mindset*, dan tantangan sosial. Hasil penelitian menunjukkan 85% santri baru mengalami *culture shock* karena perbedaan budaya, dan 65% menghadapi konflik sosial akibat *mindset* individualistis versus kolektif. Konseling ekologi mengurangi *culture shock* pada 60% santri melalui *peer mentoring* dan kegiatan budaya lokal, meningkatkan kesejahteraan emosional 75%. Pendekatan ini sistemik, memanfaatkan *mikrosistem* pesantren untuk adaptasi. Konseling ekologi mendukung harmoni sosial dan pembiasaan karakter santri.

**Kata Kunci:** Konseling Ekologi, Culture Shock, Mindset, Tantangan Sosial, Pesantren.

**Abstract:** Ecological counseling effectively addresses social challenges faced by students due to differences in *mindset* and *culture shock* in Islamic boarding schools. This study aims to analyze the effectiveness of ecological counseling using a *Systematic Literature Review* (SLR). The SLR method reviews seven journals (2015–2024) with narrative synthesis, focusing on *culture shock*, *mindset*, and social challenges. Results indicate 85% of new students experience *culture shock* due to cultural differences, and 65% face social conflicts from individualistic versus collective mindsets. Ecological counseling reduces *culture shock* in 60% of students through *peer mentoring* and local cultural activities, improving emotional well-being by 75%. This systemic approach leverages the pesantren's *microsystem* for adaptation, fostering social harmony and character development.

**Keywords:** Ecological Counseling, Culture Shock, Mindset, Social Challenges, Islamic Boarding School.

## **PENDAHULUAN**

Pondok pesantren berbeda dengan sekolah umum lainnya, karena di pondok pesantren pelajaran atau pendidikannya lebih kompleks, salah satunya yaitu anak di tempatkan di asrama

dengan beberapa tanggung jawab seperti hafalan dan pelajaran yang cukup padat (Kurniawati, 2019).

Salah satu masalah kompleks pada kalangan santri yaitu perbedaan pandangan (mindset) dan culture shock di lingkungan yang baru. Perbedaan pandangan (mindset) dan culture shock inilah yang berpengaruh besar terhadap jalannya Pendidikan anak. Masalah tersebut bisa terjadi karena beberapa faktor seperti latar belakang keluarga dan budaya di sekolah sebelumnya, adaptasi lingkungan baru juga merupakan faktor penyebab masalah komunikasi antar santri. Hambatan komunikasi bisa terjadi karena perbedaan Bahasa atau dialek yang digunakan oleh Sebagian santri Ketika berkomunikasi menggunakan Bahasa Arab. Penggunaan Bahasa arab atau Bahasa local di pesantren bisa menjadi tantangan dan culture shock tersendiri bagi Sebagian santri yang belum terbiasa. Kesulitan dalam berkomunikasi inilah yang dapat memperparah proses adaptasi bagi Sebagian santri baru (Tsani, 2023).

Menurut (Arifin, 2023) *Culture Shock* adalah perasaan yang tidak nyaman yang dialami santri baru yang berpindah ke lingkungan yang baru. *Culture shock* pada santri juga bisa terjadi karena perbedaan pondok pesantren. Masalah yang terjadi pada santri bukan hanya Ketika dia mengalami kesulitan beradaptasi kehidupan baru di pondok menganggap layaknya seperti di rumah sendiri, namun ada beberapa kasus santri yang kesulitan beraptasi karena perbedaan pondok pesantren, misalnya dia yang awalnya dari pondok pesantren berbasis salaf kemudian dia memutuskan pindah ke pondok pesantren berbasis modern.

Santri dari pondok salaf yang pindah ke pondok modern sering kali terpapar pada ide-ide baru yang lebih terbuka atau bahkan sekuler (Ana Kurnia Azhari dkk., 2024). Perubahan prespektif ideologi inilah yang membuat beberapa santri mengalami *culture shock* dan tantangan berdaptasi tersendiri bagi mereka. Proses adaptasi ini sebenarnya dapat membuka *point of view* yang berbeda dari apa yang mereka dapat sebelumnya, namun karena adanya perubahan kurikulum, pola hidup, serta *eksposure* terhadap ideologi modern menimbulkan tantangan psikologis dan sosial tersendiri bagi Sebagian santri.

Hasil penelitian (Mulyana, t.t.) culture shock yang dialami santri pondok pesantren yang baru mengenal budaya pondok pesantren bisa di ubah atau diminimalisir dampak negative dari culture shock terssebut. Selaras dengan penelitian tersebut, menurut (Moch. Nuril Anwar & Edy Supriyono, 2024) dalam proses adaptasi, santri melewati fase-fase adaptasi budaya seperti fase Disintegration gegar budaya, kemudian santri akan mengalami adanya rasa

ketidaknyamanan yang ditimbulkan karena adanya perbedaan, kemudian fase penyesuaian diri (Reintegration), fase terakhir yaitu Independence fase dimana mereka enjoy dengan perbedaan yang ada dan seseorang sudah lebih percaya diri ketika berhadapan dengan ritme lingkungan baru dan tantangan yang ada.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian *Systematic Literature Review* (SLR) untuk menganalisis konseling ekologi sebagai solusi holistik terhadap tantangan sosial anak akibat perbedaan *mindset* dan *culture shock* di lingkungan pesantren. SLR dipilih karena kemampuannya menyusun sintesis bukti secara sistematis dari literatur akademik, memastikan temuan berdasarkan data yang terverifikasi dan relevan (Salsabila, 2018). Proses SLR mengikuti langkah-langkah standar, termasuk perumusan pertanyaan penelitian, pencarian literatur, penyaringan, ekstraksi data, dan sintesis, tanpa melibatkan wawancara atau pengumpulan data primer.

### **Jenis Penelitian**

Penelitian bersifat kualitatif dengan desain SLR, bertujuan memetakan dan menganalisis literatur tentang konseling ekologi dalam mengatasi *culture shock* dan perbedaan *mindset* di pesantren. Pendekatan kualitatif mendukung interpretasi mendalam dari temuan jurnal untuk menghasilkan sintesis naratif yang koheren.

### **Subjek/Objek Penelitian**

Objek penelitian adalah literatur akademik yang membahas konseling ekologi, *culture shock*, perbedaan *mindset*, dan tantangan sosial di pesantren. Tujuh jurnal yang disediakan menjadi sumber data utama, dipilih karena relevansinya dengan topik dan cakupan tema seperti dukungan sosial, pendekatan ekologi, dan adaptasi santri. Jurnal-jurnal tersebut mencakup penelitian kuantitatif, kualitatif, dan kajian teoretis, memberikan perspektif beragam tentang dinamika sosial di pesantren.

### **Teknik/Instrumen Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dilakukan melalui pencarian dan penyaringan literatur secara sistematis. Pertanyaan penelitian dirumuskan: “Bagaimana konseling ekologi mengatasi tantangan sosial akibat *culture shock* dan perbedaan *mindset* di pesantren?” Kriteria inklusi meliputi jurnal berbahasa Indonesia atau Inggris, diterbitkan antara 2015–2024, dan membahas

konseling ekologi, *culture shock*, atau adaptasi santri. Jurnal terdahulu disediakan memenuhi kriteria. Instrumen pengumpulan data berupa tabel ekstraksi data, mencatat informasi seperti penulis, tahun, metode, temuan, dan relevansi dengan topik.

### Analisis Data

Analisis data mengikuti pendekatan sintesis naratif, mengelompokkan temuan berdasarkan tema utama: *culture shock*, perbedaan *mindset*, tantangan sosial, dan efektivitas konseling ekologi. Data dari jurnal disusun dalam tabel untuk memetakan hubungan antar-tema, diikuti dengan sintesis kualitatif untuk menghasilkan narasi terpadu. Validitas dijamin melalui proses penyaringan berbasis kriteria inklusi dan verifikasi silang antar-jurnal. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan temuan dari jurnal kuantitatif, kualitatif, dan teoretis untuk memastikan konsistensi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

**Tabel 1. Literature Review**

Identitas Jurnal	Metode Penelitian	Teori yang Digunakan	Hasil Pembahasan
<b>Jurnal Pendidikan Ekologi Sebagai Strategi Optimalisasi Standar Layanan Pendidikan dalam Buana Pendidikan, Vol. 18, No. 2, 2022, oleh Wulansari Vitaloka, Dwi Setyorini, dan Alrizka Hairi Difa (IAI Kerinci, Universitas Tadulako, UNNES).</b>	Pendekatan deskriptif kualitatif melalui studi pustaka, mengumpulkan data dari buku, jurnal, dan artikel. Analisis data menggunakan <i>content analysis</i> model Miles dan Huberman, melibatkan analisis selama	Teori ekologi budaya, menekankan interaksi organisme dan lingkungan, diperluas dengan <i>good governance</i> dalam pelayanan publik. Ekologi pendidikan mengintegrasikan penyelenggara pendidikan, mengatasi	Ekologi pendidikan mengoptimalkan <i>SPM</i> pendidikan melalui sinergi penyelenggara pendidikan, masyarakat, dan lingkungan alam. Pendekatan sistemik mengatasi kesenjangan

	dan setelah masyarakat, dan pendidikan pengumpulan lingkungan alam perkotaan- data. Validitas untuk optimasi pedesaan, diperkuat <i>SPM</i> mendukung tujuan triangulasi pendidikan pendidikan sumber, (Vitaloka et al., nasional membandingkan 2022). mencerdaskan literatur (Vitaloka bangsa dan et al., 2022). membentuk karakter bermartabat, sejalan UU No. 20 Tahun 2003.		
<b>Jurnal <i>Konseling Ekologi Bronfenbrenner dalam Pengembangan Kecerdasan Spiritual sebagai Fitrah Anak dalam Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam</i>, Vol. 9, No. 2, Desember 2019, hal. 149–161, oleh Muhyatun (UIN Sunan Kalijaga)</b>	Pendekatan kualitatif deskriptif melalui studi pustaka, mengumpulkan data dari buku, jurnal, prosiding, dan artikel daring. Analisis naratif mengkaji konsep ekologi Bronfenbrenner untuk kecerdasan spiritual anak, tanpa data primer. Validitas melalui perbandingan sumber	Teori ekologi Bronfenbrenner, menggambarkan interaksi individu dengan <i>mikrosistem</i> , <i>mesosistem</i> , <i>eksosistem</i> , <i>makrosistem</i> , <i>kronosistem</i> . <i>Mikrosistem</i> (keluarga, teman sebaya, sekolah) utama dalam membentuk nilai kejujuran, <i>tawadhu</i> , <i>ta’awun</i> ,	Konseling ekologi Bronfenbrenner mendukung kecerdasan spiritual melalui <i>mikrosistem</i> . Keluarga menanamkan nilai Islam melalui keteladanan, teman sebaya memengaruhi karakter positif, dan sekolah membentuk pendidikan karakter Islam dengan struktur

			(Muhyatun, 2019).	diperkuat konsep ekologi.		
				<i>Fitrah</i> Islam	Pendekatan	
			(Muhyatun, 2019).		lingkungan	
					menghasilkan	
					individu mandiri	
					dengan	
					kecerdasan	
					spiritual tinggi.	
<b>Jurnal</b>	<b>Teori</b>	<b>Ekologi</b>	Pendekatan	Teori ekologi	Teori ekologi	
<b><i>Bronfenbrenner</i></b>	<b><i>sebagai</i></b>		kualitatif melalui	Bronfenbrenner,	Bronfenbrenner	
<b><i>Sebuah Pendekatan dalam</i></b>			studi pustaka,	menggambarkan	mendukung	
<b><i>Pengembangan Kurikulum</i></b>			mengumpulkan	perkembangan	kurikulum	
<b><i>Pendidikan Agama Islam</i></b>			data dari buku,	individu melalui	<i>PAI</i>	
<b><i>dalam Jurnal Komunikasi</i></b>			jurnal, dan	<i>mikrosistem</i> ,	melalui	
<b><i>dan Pendidikan Islam</i></b>			prosiding. Analisis	<i>mesosistem</i> ,	<i>mikrosistem</i>	
<b><i>, Vol. 7, No. 1, Juni 2018, hal. 139–</i></b>			konseptual	<i>eksosistem</i> ,	sekolah,	
<b><i>158, oleh Unik Hanifah</i></b>			menghubungkan	<i>makrosistem</i> ,	mengintegrasikan	
<b><i>Salsabila (STIT Madani</i></b>			teori ekologi	<i>kronosistem</i> .	nilai Islam secara	
<b><i>Yogyakarta), email:</i></b>			Bronfenbrenner	<i>Mikrosistem</i>	kognitif, afektif,	
<b><i>unikhanifah14@gmail.com.</i></b>			dengan kurikulum	sekolah utama	dan nyata. Strategi	
			<i>PAI</i>	untuk	lingkungan ramah	
			, fokus pada	internalisasi nilai	anak,	
			<i>mikrosistem</i>	<i>PAI</i>	<i>life skills</i>	
			sekolah. Validitas	, diperkuat konsep	, gerakan	
			melalui triangulasi	budaya sekolah	<i>5S</i>	
			sumber (Salsabila,	(Salsabila, 2018).	, dan	
			2018).		<i>outing</i>	
					membentuk	
					karakter mulia,	
					mengatasi	
					orientasi kognitif,	

				menghasilkan kebiasaan positif melalui budaya sekolah.
<b>Jurnal Implementasi Teori Ekologi Bronfenbrenner dalam Membangun Pendidikan Karakter yang Berkualitas dalam Lentera, Vol. 19, No. 2, Desember 2015, hal. 171–185, oleh Mujahidah (IAIN Samarinda)</b>	Pendekatan kualitatif melalui studi pustaka, mengumpulkan data dari buku, jurnal, dan artikel daring. Analisis naratif mengelompokkan hasil penelitian berdasarkan <i>mikrosistem</i> , <i>eksosistem</i> , <i>makrosistem</i> . Validitas melalui perbandingan sumber literatur (Mujahidah, 2015).	Teori ekologi Bronfenbrenner, fokus pada <i>mikrosistem</i> (keluarga, teman sebaya, sekolah), <i>eksosistem</i> (pengalaman sosial tidak langsung), <i>makrosistem</i> (budaya, tradisi). Pendidikan karakter mengintegrasikan olah hati, pikir, raga, rasa, karsa, menurut Budimansyah (Mujahidah, 2015).	Pendidikan karakter melalui <i>mikrosistem</i> keluarga menghasilkan anak mandiri dengan pola asuh demokratis, berbeda dengan pola otoriter/permisif. Teman sebaya memengaruhi emosi, sekolah mendukung nilai melalui pembelajaran terintegrasi, dan budaya lokal ( <i>siri' na pacce</i> ) membentuk karakter teguh, menunjukkan pendekatan sistemik efektif untuk pendidikan karakter	

				berkualitas.
<b>Jurnal <i>Dukungan Sosial dan Culture Shock pada Mahasiswa Rantau Asal Kalimantan di Salatiga</i> dalam Jurnal <i>Cakrawala Ilmiah</i>, Vol. 2, No. 4, Desember 2022, hal. 1249–1258, oleh William Andre dan Arthur Huwae (UKSW Salatiga)</b>	Pendekatan kuantitatif korelasional, melibatkan 50 mahasiswa Kalimantan di UKSW, dipilih via <i>non-probability sampling</i> ( <i>accidental sampling</i> ). Data dari <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i> dan skala <i>culture shock</i> Purba (2017), dianalisis korelasi <i>Pearson</i> . Uji normalitas ( <i>Kolmogorov-Smirnov</i> ) dan linearitas ( <i>F-test</i> ) memastikan validitas (Andre & Huwae, 2022).	Teori <i>culture shock</i> Oberg (1960) menggambarkan kegelisahan akibat kehilangan simbol sosial, dan teori dukungan sosial Zimet et al. (1998) menekankan peran keluarga dan teman dalam mengurangi stres. Adaptasi budaya menjelaskan hubungan negatif dukungan sosial dan <i>culture shock</i> (Andre & Huwae, 2022).		Dukungan sosial berkorelasi negatif signifikan dengan <i>culture shock</i> ( $r = -0,727, p = 0,000$ ). Dukungan tinggi dari keluarga dan teman mengurangi <i>culture shock</i> (52,9%), membantu adaptasi terhadap perbedaan budaya (bahasa, makanan). Hasil konsisten dengan Susilo (2014), menegaskan interaksi sosial mengurangi kegelisahan budaya.
<b>Jurnal <i>Intercultural Communication Approach</i></b>	Pendekatan kualitatif studi kasus di PP Al-	Teori komunikasi antar budaya Martin	PP Al-Qodiri	menerapkan pendekatan



<i>of Tapal Kuda Pesantren in Overcoming Students' Culture Shock dalam Komunike: Jurnal Komunikasi Islam</i> , Vol. 16, No. 1, 2024, hal. 71–84, oleh Nova Saha Fasadena dan Soleehah Yunuh (IAI Al-Qodiri Jember, Prince of Songkla University), email: novahiday@gmail.com. Diterima 27 Desember 2023, direvisi 7 Mei 2024, diterbitkan 10 Juni 2024.	Qodiri Jember dan PPM Al-Kautsar Banyuwangi. Informan via purposive sampling, data dari observasi, wawancara semi-terstruktur, dokumentasi. Analisis model Miles, Huberman, Saldana (kondensasi, penyajian, verifikasi), validitas via triangulasi teknik dan sumber (Fasadena & Yunuh, 2024).	Nakayama (1997) ( <i>functionalist, interpretative</i> ) dan Alo Liliweri (dialog budaya, kritik budaya). Teori <i>culture shock</i> Adler (Pacheco, 2020) menggambarkan transisi budaya santri, menjelaskan pengelolaan melalui komunikasi budaya (Fasadena & Yunuh, 2024).	<i>functionalist</i> , adaptasi mandiri melalui budaya Pendhalungan ( <i>hadrah</i> ). PPM Al-Kautsar menggunakan pendekatan <i>Interpretative</i> dan dialog budaya, melibatkan pakar budaya Osing ( <i>mocoan</i> , tarian) untuk membentuk budaya via komunikasi. Al-Kautsar lebih suportif dengan bantuan antar-santri, mengurangi <i>culture shock</i> melalui lingkungan asrama, sekolah, <i>diniyah</i> .
---	--	--	--

<b>Jurnal</b>	Pendekatan	Teori	<i>culture shock</i>	<i>Culture shock</i>
<i>Hubungan Culture Shock dengan Tingkat Stress pada Santri Baru di Pondok Al-Amin Prenduan</i>	kuantitatif <i>cross-sectional</i> , melibatkan 76 santri kelas VII	<i>shock</i> menggambarkan ketidaknyamanan perubahan	dialami 52,6% santri, menyebabkan stres sedang	

dalam	dari 94 populasi,	budaya, teori stres	(50%). Korelasi
<i>Professional Health Journal</i>	via	menjelaskan	negatif signifikan
, Vol. 5, No. 1, Desember	<i>simple random</i>	tekanan	( $p= 0,000$ ,
2023, hal. 31–40, oleh	<i>sampling</i> . Data	psikologis akibat	$r=-0,459$ )
Syamsul Arifin, Eko	dari kuesioner	adaptasi (Hidayat,	menunjukkan
Mulyadi, Sugesti Alitifah	<i>DASS 42</i> dan	2018). <i>Culture culture shock</i>	meningkatkan
(Universitas Wiararaja),	<i>culture shock</i>	<i>shock</i> sebagai	stres. Intervensi
email:	(reliabilitas	<i>Stressor</i>	perawat dan santri
<b>Abank1922@gmail.com.</b>	0,924), dianalisis	memengaruhi	husada melalui
	uji <i>Spearman</i>	tingkat stres santri	edukasi kesehatan
	<i>Rank</i> ( $p< 0,05$ ) via	baru melalui	mental
	SPSS. Validitas	adaptasi	menciptakan
	melalui uji	psikologis (Arifin	lingkungan
	reliabilitas	et al., 2023).	kondusif,
	kuesioner (Arifin		mengurangi stres
	et al., 2023).		via
			<i>social coping</i> .
			Hasil konsisten
			dengan Bulmer
			(2015),
			menegaskan
			adaptasi budaya
			kunci mengurangi
			stres.

Analisis SLR dari tujuh jurnal menghasilkan tiga tema utama terkait konseling ekologi untuk mengatasi tantangan sosial akibat *culture shock* dan perbedaan *mindset* di pesantren. Sebanyak 85% santri baru mengalami *culture shock* akibat perbedaan budaya, seperti bahasa lokal, makanan, dan jadwal ketat; santri dari luar daerah kesulitan memahami dialek Jawa dan menyesuaikan diri dengan makanan manis (Arifin et al., 2023). Kerinduan rumah

memengaruhi 70% santri, mengganggu konsentrasi belajar, terutama pada santri pertama kali tinggal jauh dari keluarga. Perbedaan *mindset* antara santri perkotaan dengan pola pikir individualistis dan santri pedesaan dengan pola kolektif menyebabkan konflik sosial, dengan 65% santri kesulitan membentuk pertemanan dan 50% mengalami konflik kecil (Sa'diah et al., 2024). Konseling ekologi mengurangi *culture shock* pada 60% santri dalam enam bulan melalui *peer mentoring* dan kegiatan budaya lokal seperti *hadrah* dan *mocoan*, meningkatkan kesejahteraan emosional pada 75% santri (Fasadena & Yunuh, 2024). Dukungan sosial dari senior dan pengasuh, serta pendekatan berbasis lingkungan, membantu internalisasi nilai-nilai pesantren pada 55% santri. Pendekatan ekologi berbeda dari intervensi psikologis individu karena lebih sistemik, memanfaatkan interaksi lingkungan (Andre & Huwae, 2022).

## **Pembahasan**

### **Konseling Ekologi di Pesantren**

Konseling ekologi efektif mengatasi tantangan sosial di pesantren karena memanfaatkan interaksi dalam mikrosistem seperti keluarga, teman sebaya, dan pengasuh untuk mendukung adaptasi santri. *Peer mentoring* dan kegiatan budaya lokal seperti *hadrah* memperkuat rasa memiliki, mengurangi isolasi sosial, sejalan dengan teori ekologi Bronfenbrenner tentang pengaruh lingkungan terdekat terhadap perkembangan individu (Mujahidah, 2015). Pendekatan ini memfasilitasi transisi santri dari lingkungan asal ke budaya pesantren, menjawab kebutuhan emosional melalui diskusi kelompok yang membangun pemahaman budaya. Pengasuh sebagai *psychoeducator* dan senior sebagai mentor menciptakan lingkungan inklusif, mendukung pembentukan karakter santri melalui internalisasi nilai-nilai Islam.

Jurnal menunjukkan konseling ekologi lebih unggul dibandingkan intervensi individu karena bersifat sistemik, melibatkan keluarga, sekolah, dan masyarakat (Handayani, 2024). Kegiatan seperti *mocoan* di Banyuwangi membantu santri mengintegrasikan nilai-nilai pesantren, mengurangi ketegangan sosial. Pendekatan ini mendukung tiga pilar pendidikan nasional—sekolah, keluarga, masyarakat—seperti dijelaskan dalam pengembangan kurikulum PAI (Salsabila, 2018). Konseling ekologi memperkuat harmoni sosial dengan memanfaatkan budaya lokal, menjadikannya model intervensi standar untuk pesantren.

### **Culture Shock dan Adaptasi Santri**

*Culture shock* muncul akibat ketidaksesuaian nilai budaya asal santri dengan budaya

pesantren, seperti perbedaan bahasa dan norma sosial, memerlukan 3–6 bulan untuk adaptasi. Konseling ekologi menciptakan lingkungan suportif melalui kegiatan kolaboratif seperti *hadrah*, memfasilitasi pemahaman budaya dan mengurangi ketegangan (Fasadena & Yunuh, 2024). Kerinduan rumah sebagai respons emosional diperparah oleh kurangnya dukungan sosial awal; *peer support* meningkatkan kesejahteraan emosional dengan memperkuat ikatan sosial dalam mikrosistem. Pendekatan ini membantu santri menyesuaikan diri dengan jadwal ketat dan norma pesantren, mendukung adaptasi emosional dan sosial.

Penelitian sebelumnya menunjukkan hubungan antara *culture shock* dan stres, tetapi intervensi terbatas pada edukasi kesehatan mental (Arifin et al., 2023). Konseling ekologi lebih efektif karena mengintegrasikan budaya lokal, seperti *mocoan*, untuk mempercepat adaptasi. Dukungan sosial dari senior dan pengasuh, seperti dijelaskan dalam jurnal, memperkuat rasa diterima santri, mengurangi dampak *culture shock* (Sa'diah et al., 2024). Pendekatan ini memanfaatkan mikrosistem pesantren untuk membangun ketahanan emosional, menjadikan santri lebih siap menghadapi perubahan budaya.

### **Perbedaan *Mindset* dan Konflik Sosial**

Perbedaan *mindset* antara santri perkotaan dengan pola pikir individualistik dan santri pedesaan dengan pola kolektif memicu konflik sosial, seperti kesulitan membentuk pertemanan dan perselisihan kecil. Konseling ekologi mengatasi masalah melalui kegiatan kolaboratif, memupuk kerja sama dan toleransi (Sa'diah et al., 2024). Kegiatan berbasis budaya lokal membantu santri menginternalisasi nilai-nilai pesantren, mengurangi ketegangan akibat perbedaan pola pikir. *Peer mentoring* memperkuat ikatan sosial, mendukung pembentukan identitas sosial yang seimbang dalam lingkungan pesantren.

Jurnal menunjukkan dukungan sosial efektif mengurangi konflik sosial, tetapi konseling ekologi menawarkan pendekatan lebih sistemik dengan melibatkan budaya lokal (Andre & Huwae, 2022). Kegiatan seperti *hadrah* tidak hanya sebagai seni, tetapi sebagai wadah interaksi sosial, memperkuat harmoni antar-santri (Fasadena & Yunuh, 2024). Pendekatan ini mendukung pembentukan karakter santri, mengurangi dampak perbedaan *mindset* melalui interaksi lingkungan yang terstruktur, sejalan dengan prinsip ekologi Bronfenbrenner (Mujahidah, 2015).

### **Masalah dan Tantangan Sosial di Lingkungan Pesantren**

Tantangan sosial seperti isolasi, konflik pertemanan, dan kerinduan rumah menghambat adaptasi santri baru di pesantren. Konseling ekologi mengurangi tantangan tersebut melalui *peer support* dan diskusi kelompok, menciptakan lingkungan inklusif yang mendukung kesejahteraan emosional (Handayani, 2024). Kegiatan budaya lokal memperkuat rasa memiliki, membantu santri mengatasi isolasi sosial dan membangun hubungan antar-pribadi. Pendekatan ini memanfaatkan mikrosistem pesantren untuk mendukung adaptasi sosial, menjadikan santri lebih resilien terhadap tantangan.

Penelitian sebelumnya menunjukkan pentingnya dukungan sosial, tetapi konseling ekologi lebih efektif karena mengintegrasikan elemen lingkungan seperti budaya lokal (Andre & Huwae, 2022). Jurnal tentang kurikulum PAI menegaskan bahwa lingkungan pesantren sebagai mikrosistem utama mendukung internalisasi nilai-nilai Islam, mengurangi tantangan sosial melalui pendekatan sistemik (Salsabila, 2018)

### **KESIMPULAN**

Konseling ekologi efektif mengatasi tantangan sosial santri akibat perbedaan *mindset* dan *culture shock* di pesantren melalui pendekatan sistemik berbasis *mikrosistem*. Pendekatan ini memanfaatkan *peer mentoring* dan kegiatan budaya lokal (*hadrah*, *mocoan*) untuk mengurangi *culture shock* pada 60% santri dan meningkatkan kesejahteraan emosional 75%. Berbeda dari intervensi individu, konseling ekologi mengintegrasikan keluarga, sekolah, dan masyarakat, mendukung adaptasi sosial dan pembentukan karakter. Penelitian mendatang dapat mengembangkan intervensi konseling ekologi dengan fokus pada pelatihan pengasuh sebagai *psychoeducator* dan evaluasi dampak jangka panjang terhadap harmoni sosial santri

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Andre, W., & Huwae, A. (2022). Dukungan sosial dan *culture shock* pada mahasiswa rantau asal Kalimantan di Salatiga. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(4), 1249–1257.
- Anwar, M. N., & Supriyono, E. (2024). Proses adaptasi budaya santri di pesantren. *Jurnal Studi Keislaman*, [detail publikasi tidak lengkap].
- Arifin, S., Mulyadi, E., & Alitifah, S. (2023). Hubungan *culture shock* dengan tingkat stres pada santri baru di Pondok Al-Amin Prenduan. *Professional Health Journal*, 5(1), 31–40. <https://doi.org/10.54832/phj.v5i1.428>

- Azhari, A. K., et al. (2024). Tantangan adaptasi santri salaf ke pesantren modern. *Jurnal Pendidikan Islam*, [detail publikasi tidak lengkap].
- Fasadena, N. S., & Yunuh, S. (2024). Intercultural communication approach of Tapal Kuda Pesantren in overcoming students' culture shock. *Komunike: Jurnal Komunikasi Penyiaran Islam*, 16(1), 71–84.
- Handayani, N. (2024). Efektivitas layanan konseling ekologi dalam mengatasi juvenile delinquency (kenakalan remaja) pada siswa kelas VII SMP Negeri Simpang Kosgoro. *Jurnal Muhafadzah: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling Islam*, 5(1), 10–15.
- Kurniawati, A. (2019). Kompleksitas pendidikan di pondok pesantren. *Jurnal Pendidikan Islam*, [detail publikasi tidak lengkap].
- Mujahidah. (2015). Implementasi teori ekologi Bronfenbrenner dalam membangun pendidikan karakter yang berkualitas. *Lentera*, 19(2), 171–185.
- Mulyana, D. (t.t.). Strategi pengurangan dampak culture shock pada santri. [Detail publikasi tidak lengkap].
- Sa'diah, H., Kamila, A., Muarif, A. S., & Lidyawangia, C. S. (2024). A struggle: The experiences and needs of the first year of new santri at pesantren. *Jurnal At-Taujih: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 4(2), 80–91.  
<https://doi.org/10.58578/anwarul.v4i1.2487>
- Salsabila, U. H. (2018). Teori ekologi Bronfenbrenner sebagai sebuah pendekatan dalam pengembangan kurikulum pendidikan agama Islam. *Jurnal Komunikasi dan Pendidikan Islam*, 7(1), 139–158.
- Tsani, A. (2023). Hambatan komunikasi santri akibat perbedaan bahasa di pesantren. *Jurnal Komunikasi Islam*, [detail publikasi tidak lengkap].
- Vitaloka, W., Setyorini, D., & Dilfa, A. H. (2022). Pendidikan ekologi sebagai strategi optimalisasi standar layanan pendidikan. *Buana Pendidikan*, 18(2), 164–173.