

POLA KOMUNIKASI ORANG TUA DALAM MENJAGA MENTAL HEALTH SANTRI BARU di PONDOK PESANTREN NGALAH

Ima Nur Saidah, Ahmad Aminuddin

Universitas Yudharta Pasuruan

ARTICLE INFO

Article history:

Received Agustus 2024

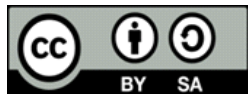
Revised Agustus 2024

Accepted Agustus 2024

Available online Agustus 2024

Korespondensi:

immasaidah730@gmail.com,
aminuddin@yudharta.ac.id



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.
Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Pendidikan Ganesha.

ABSTRACT

This research aims to analyze parental communication patterns in maintaining the mental health of new students at Pondok Pesantren Ngalah. The focus of this study is on how parents communicate with their children who are newly entering the pesantren environment, which often involves mental stress due to the transition from home to pesantren. This research employs the SMCR (Source, Message, Channel, Receiver) communication model as a theoretical framework to analyze the effectiveness of communication between parents and students. The results indicate that effective communication patterns, especially those involving two-way communication, can help students cope with the stress and anxiety arising from adapting to a new environment. One-way communication is often insufficient in providing the emotional support needed, while multi-directional communication involving support from other parties, such as teachers, is also crucial in maintaining the students' mental stability. This research enriches the literature on the importance of communication

patterns in the context of pesantren education and emphasizes the critical role of parents in the adaptation process of students. Communication based on love, care, and understanding will strengthen the emotional bond between parents and students and facilitate the students' adjustment to the pesantren environment.

Keywords: *Communication Patterns, Mental Health, New Students, Pondok Pesantren, SMCR.*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pola komunikasi orang tua dalam menjaga kesehatan mental (mental health) santri baru di Pondok Pesantren Ngalah. Fokus penelitian ini adalah bagaimana orang tua berkomunikasi dengan anak-anak mereka yang baru memasuki lingkungan pesantren, yang sering kali mengalami tekanan mental akibat transisi dari rumah ke pesantren. Penelitian ini menggunakan model komunikasi SMCR (Source, Message, Channel, Receiver) sebagai kerangka teori untuk menganalisis efektivitas komunikasi antara orang tua dan santri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola komunikasi yang efektif, terutama yang melibatkan komunikasi dua arah, dapat membantu santri mengatasi stres dan kecemasan yang timbul dari adaptasi lingkungan baru. Komunikasi satu arah sering kali tidak cukup dalam memberikan dukungan emosional yang diperlukan, sementara komunikasi multi-arah yang melibatkan dukungan dari pihak lain seperti ustaz/ustazah juga penting dalam menjaga stabilitas mental santri. Penelitian ini memperkaya literatur tentang pentingnya pola komunikasi dalam konteks pendidikan pesantren dan menekankan peran penting orang tua dalam proses adaptasi santri. Komunikasi yang didasarkan pada cinta, perhatian, dan pemahaman akan memperkuat hubungan emosional antara orang tua dan santri, serta memfasilitasi penyesuaian diri santri di lingkungan pesantren.

Kata Kunci: *Pola Komunikasi, Kesehatan Mental, Santri Baru, Pondok Pesantren, SMCR.*

PENDAHULUAN

Pentingnya pola komunikasi antara orang tua dan santri baru dalam menjaga kesehatan mental di Pondok Pesantren Ngalah dapat dijelaskan melalui teori SMCR (Source, Message, Channel, Receiver). Orang tua berperan sebagai sumber (Source) yang mengirimkan pesan (Message) berupa dukungan emosional dan nasihat kepada santri. Pesan ini disampaikan melalui saluran komunikasi (Channel) seperti percakapan langsung, telepon, atau media lainnya. Santri baru sebagai penerima (Receiver) memproses pesan tersebut dan diharapkan dapat merasa lebih tenang dan didukung secara emosional.

Efektivitas pola komunikasi ini sangat bergantung pada kualitas dari setiap komponen SMCR. Jika orang tua dapat menyampaikan pesan dengan cara yang tepat dan melalui saluran yang efektif, santri akan lebih mudah menerima dan merespons pesan tersebut secara positif. Komunikasi yang baik dapat membantu mengurangi kecemasan dan stres yang dialami oleh santri baru, serta mendukung mereka dalam proses adaptasi di lingkungan pesantren.

Pola komunikasi yang efektif memerlukan keterampilan komunikasi yang baik dari orang tua, seperti kemampuan memilih kata-kata yang tepat, menyusun pesan dengan struktur logis, dan menyesuaikan gaya komunikasi sesuai dengan kondisi emosional anak. Selain itu, sikap dan pengetahuan orang tua juga memengaruhi efektivitas komunikasi. Sikap yang positif dan pengetahuan yang cukup tentang kondisi anak akan membantu dalam menyampaikan pesan yang lebih efektif dan berdampak positif pada kesehatan mental santri.

Dalam konteks kesehatan mental, pola komunikasi dua arah lebih disarankan karena memungkinkan adanya umpan balik dari santri kepada orang tua. Umpan balik ini penting untuk menyesuaikan pesan yang diberikan sehingga dapat membantu mengurangi tekanan mental dan meningkatkan rasa dukungan bagi santri. Sebaliknya, komunikasi satu arah yang hanya mengalir dari orang tua ke santri tanpa umpan balik dapat menimbulkan kesalahpahaman dan meningkatkan stres pada santri.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana penerapan teori SMCR dalam komunikasi antara orang tua dan santri baru dapat berkontribusi pada kesehatan mental santri di pesantren, serta bagaimana pola komunikasi yang efektif dapat meringankan beban emosional yang dihadapi oleh santri baru di lingkungan pesantren.

TINJAUAN PUSTAKA

Pada bab ini, dibahas beberapa teori dan penelitian terdahulu yang relevan dengan topik pola komunikasi orang tua dalam menjaga kesehatan mental santri di pondok pesantren. Teori yang menjadi dasar utama dalam penelitian ini adalah teori SMCR (Source, Message, Channel, Receiver) yang dikemukakan oleh David Berlo. Teori ini menjelaskan bahwa komunikasi efektif terjadi ketika sumber (source) mampu menyampaikan pesan (message) melalui saluran (channel) yang sesuai kepada penerima (receiver) dengan baik.

Dalam konteks penelitian ini, orang tua bertindak sebagai "sumber" yang memberikan dukungan emosional kepada anaknya (santri) melalui komunikasi. Pesan yang disampaikan adalah dorongan moral dan dukungan yang diharapkan dapat membantu santri mengatasi tekanan mental selama proses adaptasi di pesantren. Saluran yang digunakan dalam komunikasi ini bisa berupa telepon, pesan teks, atau komunikasi tatap muka, sementara penerima dalam hal ini adalah santri yang merasakan dampak langsung dari komunikasi tersebut.

Beberapa penelitian terdahulu yang relevan menunjukkan bahwa pola komunikasi antara orang tua dan anak memiliki peran penting dalam menjaga hubungan keluarga yang harmonis dan dalam membentuk kepribadian anak. Sebagai contoh, penelitian oleh Dinda Chairinissa (2022) menemukan bahwa komunikasi yang intens antara orang tua dan anak dapat membuat hubungan keluarga menjadi lebih baik. Selain itu, penelitian oleh Khairul Abdi dan Erman Anom (2022) menekankan pentingnya peran komunikasi orang tua dalam masa pertumbuhan anak.

Dalam penelitian ini, fokus utama adalah pada bagaimana komunikasi yang efektif dari orang tua dapat membantu santri menjaga kesehatan mental mereka, yang merupakan aspek penting dalam adaptasi mereka di lingkungan pesantren yang memiliki budaya dan aturan yang berbeda dari rumah. Studi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada literatur mengenai komunikasi keluarga, khususnya dalam konteks pendidikan di pesantren.

METODELOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Pendekatan kualitatif dipilih karena sesuai untuk menggali dan memahami makna dari fenomena yang diteliti, yaitu pola komunikasi orang tua dalam menjaga kesehatan mental santri baru di Pondok Pesantren Ngalah. Metode deskriptif digunakan untuk menggambarkan dan menjelaskan fenomena berdasarkan data yang diperoleh dari wawancara mendalam.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi wawancara mendalam (in-depth interview), observasi non-partisipan, dan studi dokumentasi. Wawancara dilakukan dengan narasumber yang dipilih secara purposif, yaitu orang tua santri baru yang memiliki peran dalam menjaga kesehatan mental anaknya. Selain itu, observasi dilakukan untuk memahami konteks komunikasi dan interaksi yang terjadi di lingkungan pesantren. Data juga didukung oleh studi dokumentasi yang relevan.

Proses analisis data dilakukan dengan model interaktif yang mencakup reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi. Data yang terkumpul dianalisis secara

tematik untuk mengidentifikasi pola komunikasi yang muncul, serta bagaimana pola tersebut berkontribusi terhadap kesehatan mental santri.

Keabsahan data dijaga melalui teknik triangulasi sumber dan metode. Triangulasi dilakukan dengan membandingkan data dari berbagai sumber dan teknik pengumpulan yang berbeda untuk memastikan konsistensi dan validitas hasil penelitian.

Bab IV hasil dan pembahasan

hasil penelitian ini membahas tentang temuan terkait pola komunikasi orang tua dalam menjaga kesehatan mental santri baru di Pondok Pesantren Ngalah. Penelitian ini mengidentifikasi beberapa pola komunikasi utama yang digunakan oleh orang tua, termasuk komunikasi satu arah, dua arah, dan multi-arah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola komunikasi multi-arah cenderung lebih efektif dalam mendukung kesehatan mental santri baru karena melibatkan dialog terbuka, mendengar, dan memberikan dukungan emosional secara timbal balik.

Selain itu, penelitian ini juga mengungkapkan bahwa komunikasi yang terbuka dan responsif dari orang tua memberikan dampak positif terhadap adaptasi dan kesejahteraan emosional santri baru. Sebaliknya, pola komunikasi yang kurang terbuka atau cenderung satu arah dapat menyebabkan rasa keterasingan dan tekanan mental pada santri. Faktor-faktor lain yang mendukung efektivitas komunikasi ini termasuk tingkat kepercayaan, kedekatan emosional, dan frekuensi interaksi antara orang tua dan santri.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini memperkuat pentingnya peran komunikasi keluarga dalam membentuk kesehatan mental yang baik bagi santri baru, terutama di lingkungan pondok pesantren yang memiliki tantangan adaptasi yang cukup tinggi.

Penelitian ini berfokus pada pola komunikasi antara orang tua dan santri baru di Pondok Pesantren Ngalah, serta bagaimana komunikasi tersebut berperan dalam menjaga kesehatan mental santri. Dalam transisi dari lingkungan rumah ke pesantren, santri baru

sering menghadapi tekanan mental, seperti kecemasan dan stres akibat penyesuaian terhadap lingkungan baru, aturan yang ketat, dan perasaan jauh dari keluarga. Dalam situasi ini, peran orang tua sangat krusial untuk memberikan dukungan emosional yang diperlukan melalui pola komunikasi yang efektif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi dua arah antara orang tua dan santri sangat penting dalam mengurangi tekanan mental yang dialami santri baru. Pola komunikasi yang baik, yang didasari oleh kasih sayang dan empati, dapat membantu santri merasa lebih nyaman dan aman selama proses adaptasi di pesantren. Sebaliknya, komunikasi yang tidak efektif dapat memperburuk kondisi mental santri, membuat mereka merasa lebih terisolasi dan tertekan.

Pesan yang disampaikan oleh orang tua kepada santri meliputi pesan verbal dan nonverbal. Pesan verbal biasanya berupa nasihat, dorongan, dan ungkapan kasih sayang yang dapat menguatkan mental santri. Contoh pesan verbal ini termasuk ucapan motivasi seperti

"Jangan lupa selalu berdoa dan tetap semangat. Kami yakin kamu bisa melewati semuanya dengan baik," yang memberikan dukungan moral langsung kepada santri.

Selain itu, pesan nonverbal seperti senyuman, nada suara yang lembut, dan pelukan saat bertemu langsung juga berperan penting dalam memberikan rasa aman dan diterima kepada santri. Komunikasi nonverbal ini memperkuat pesan yang disampaikan secara verbal, menciptakan lingkungan yang mendukung bagi santri.

Teori SMCR (Source, Message, Channel, Receiver) yang dikembangkan oleh David Berlo digunakan untuk menganalisis pola komunikasi antara orang tua dan santri di pesantren ini. Berdasarkan teori ini:

- **Source (Sumber):** Orang tua sebagai sumber informasi dan dukungan emosional bagi santri. Kualitas dan niat orang tua dalam menyampaikan pesan sangat memengaruhi bagaimana pesan tersebut diterima oleh santri.
- **Message (Pesan):** Pesan yang disampaikan mencakup nasihat, dorongan, dan kasih sayang yang bertujuan untuk mengurangi kecemasan dan memberikan dukungan emosional yang kuat kepada santri.
- **Channel (Saluran):** Media yang digunakan dalam komunikasi antara orang tua dan santri mencakup telepon, pesan teks, atau komunikasi langsung saat kunjungan ke pesantren. Pemilihan saluran komunikasi yang tepat mempengaruhi efektivitas pesan yang disampaikan dan diterima.
- **Receiver (Penerima):** Santri sebagai penerima pesan yang menginternalisasi dukungan yang diberikan, yang kemudian berpengaruh pada kesehatan mental mereka selama proses adaptasi di pesantren.

Teori SMCR membantu menjelaskan bagaimana elemen-elemen dalam komunikasi berinteraksi dan mempengaruhi hasil komunikasi antara orang tua dan santri. Implementasi komunikasi yang efektif melalui teori ini terbukti dapat mendukung kesehatan mental santri baru, membantu mereka beradaptasi dengan lebih baik di lingkungan pesantren.

Dengan demikian, penelitian ini menekankan pentingnya komunikasi yang efektif dan peran vital orang tua dalam menjaga kesejahteraan mental santri baru di pesantren. Pola komunikasi yang dibangun dengan kasih sayang, empati, dan perhatian dapat menciptakan lingkungan yang mendukung bagi santri, yang pada akhirnya berkontribusi pada kesuksesan mereka dalam menjalani kehidupan di pesantren.



Kesimpulan

Penelitian ini telah mengungkapkan pentingnya pola komunikasi orang tua dalam menjaga kesehatan mental santri baru di Pondok Pesantren Ngalah. Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa komunikasi yang efektif antara orang tua dan santri baru memainkan peran penting dalam membantu santri menyesuaikan diri dengan lingkungan baru yang penuh tantangan. Pola komunikasi yang dilakukan dengan baik dapat memberikan dukungan emosional yang sangat dibutuhkan oleh santri, mengurangi tekanan mental, serta mempercepat proses adaptasi mereka di pesantren.

Komunikasi satu arah, dua arah, dan multi-arah yang dilakukan orang tua memberikan dampak yang berbeda pada kesehatan mental santri. Komunikasi dua arah yang interaktif terbukti lebih efektif dalam menciptakan hubungan yang lebih erat dan mendukung kondisi psikologis santri. Selain itu, keterlibatan pengurus pondok dalam komunikasi juga turut memperkuat dukungan yang diberikan kepada santri, sehingga menciptakan lingkungan yang lebih kondusif untuk perkembangan mental dan emosional mereka. Dengan demikian, pola komunikasi yang dibangun dengan cinta, perhatian, dan pengertian dari orang tua serta dukungan yang baik dari pengurus pondok pesantren dapat menjadi kunci utama dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan mental santri baru. Penelitian ini menegaskan pentingnya komunikasi sebagai alat yang tidak hanya berfungsi sebagai penyampai informasi, tetapi juga sebagai sarana untuk memberikan dukungan moral dan emosional yang krusial dalam konteks kehidupan di pesantren.

DAFTAR REFERENSI

Akbar, Syarifuddin. 2021. "Media komunikasi dalam mendukung penyebaran informasi penanggulangan pandemi COVID-19." *Majalah Semi Ilmiah Populer Komunikasi Massa* 2(1).

Alwi, Said. 2021. "Perilaku Bullying Di Kalangan Santri Dayah Terpadu Kota Lhokseumawe."

Ardiansyah, Dedi, dan Basuki, Basuki. 2023. "Implementasi nilai-nilai kesalehan sosial di pondok pesantren dalam menghadapi era society 5.0." *Jurnal Inovasi Pendidikan* 1(2):64-81.

Darmayanti, Defi, dan Meutia, Nanda. 2019. "Pelatihan Manajemen Stres Untuk meningkatkan kebahagiaan Para Santri di Pondok Pesantren Uswatun Hasanah Labuhanbatu Selatan."

Petrus, Darmin Jehaman. 2022. "Pola Komunikasi Pengurus Perhimpunan Mahasiswa Katolik Republik Indonesia Cabang Yogyakarta Dalam Meningkatkan Partisipasi Anggota Di Masa Pandemi Covid-19." Fatma, Dewi Wahyu Aji. 2020. "Dampak Covid-19 terhadap implementasi pembelajaran daring di Sekolah Dasar." *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan* 2(1):55-61.

Suhartini, EQ Nurwadjah Ahmad Andewi, dan J. Sutarjo. 2020. "Pemberdayaan Santri Melalui Pendidikan Entrepreneurship." *Ri'ayah: Jurnal Sosial dan Keagamaan* 5(01):52-64.

Fathoni, Muhammad Anwar, dan Ade Nur Rohim. 2019. "Peran pesantren dalam pemberdayaan ekonomi umat di Indonesia." *Proceeding of Conference on Islamic Management Accounting and Economics*, 133-140.

Hasjim, Nafron. 2019. "Aspek Sosial Dalam Novel Bulan Di Langit Athena Karya Zhaenal Fanani: Tinjauan Sosiologi Sastra dan Implementasinya Pada Pembelajaran Sastra Di SMA." *Jurnal Administrative Reform* 6(4):195-220.

Fatima, Tahalele Olivia, et al. 2023. "Pemahaman Dan Penguasaan Model-Model Komunikasi (Studi Empiris Terhadap Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Pattimura)." *Journal on Education* 6(1):3184-92.