

**PERAN KOMUNIKASI ANTAR SANTRI DALAM MENJAGA
KESEHATAN MENTAL DI MASA PANDEMI COVID-19: STUDI ATAS
ALUMNI PONDOK MODERN AL-RIFAIE 2 MALANG**

***THE ROLE OF COMMUNICATION BETWEEN STUDENTS IN
MAINTAINING MENTAL HEALTH DURING THE COVID-19
PANDEMIC: A STUDY OF ALUMNI OF PONDOK MODERN AL-RIFAIE
2 MALANG***

Irada Shidratin Haq¹ dan Rizki Surya Tawaqal²

¹Universitas Terbuka Malang

Jl. Mayjen Sungkono No.9, Kota Malang, Indonesia

²Universitas Indonesia Membangun

Jl. Soekarno-Hatta No.448, Kota Bandung, Indonesia

¹042704365@ecampus.ut.ac.id; ²rizki.surya@inaba.ac.id

ABSTRACT

This study explores the role of interpersonal communication between santri at Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 Malang in maintaining mental health during the COVID-19 pandemic. The focus of the research is on how social interactions and peer support help overcome mental distress due to social restrictions. Using a descriptive qualitative approach, this study explores alumni's experiences in utilizing interpersonal communication during the pandemic. The findings show that communication between santri plays an important role in creating solidarity, reducing anxiety, and strengthening mental resilience. Despite challenges such as individualistic characteristics in some santri, intensive interactions through various joint activities succeeded in creating a sense of security and emotional support. Shared activities and daily conversations become an important mechanism to distract from mental stress, especially during times of strict isolation. This study also highlights the importance of interpersonal communication as a means of information exchange and emotional support in the context of unique social environments such as pesantren. The results provide insight into how interpersonal communication can be effectively applied in supporting mental health, not only in the pesantren environment but also in the context of other social groups. This study recommends the development of communication-based programs to support the mental wellbeing of santri in future.

Keyword: *Interpersonal Communication, Mental Health, Pandemic Covid-19, Santri*

ABSTRAK

Penelitian ini mengeksplorasi peran komunikasi interpersonal antar santri di Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 Malang dalam menjaga kesehatan mental selama pandemi COVID-19. Fokus penelitian adalah pada bagaimana interaksi sosial dan dukungan teman sebaya membantu mengatasi tekanan mental akibat pembatasan sosial. Dengan pendekatan kualitatif deskriptif, penelitian ini menggali pengalaman alumni dalam memanfaatkan komunikasi antarpribadi selama masa pandemi. Temuan menunjukkan bahwa komunikasi antar santri memainkan peran penting dalam menciptakan solidaritas, mengurangi kecemasan, dan memperkuat ketahanan mental. Meskipun ada tantangan seperti karakteristik individualis pada beberapa santri, interaksi yang intensif melalui berbagai kegiatan bersama berhasil menciptakan rasa aman dan dukungan emosional. Aktivitas bersama dan percakapan sehari-hari menjadi mekanisme penting untuk mengalihkan perhatian dari tekanan mental, terutama selama masa isolasi yang ketat. Penelitian ini juga menyoroti pentingnya komunikasi interpersonal sebagai sarana pertukaran informasi dan dukungan emosional dalam konteks lingkungan sosial yang unik seperti pesantren. Hasil penelitian memberikan wawasan tentang bagaimana komunikasi interpersonal dapat diterapkan secara efektif dalam mendukung kesehatan mental, tidak hanya di lingkungan pesantren tetapi juga dalam

konteks kelompok sosial lainnya. Studi ini merekomendasikan pengembangan program berbasis komunikasi untuk mendukung kesejahteraan mental santri di masa depan.

Kata Kunci: Komunikasi Antarpribadi, Kesehatan Mental, Pandemi Covid-19, Santri

1. PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 telah membawa dampak yang signifikan pada berbagai aspek kehidupan, termasuk kesehatan mental. Ketidakpastian, isolasi sosial, dan tekanan ekonomi memicu peningkatan kasus stres, kecemasan, hingga depresi di berbagai kalangan, termasuk remaja dan santri. Menurut Hidayat dan Fikri (2022), pondok pesantren sebagai institusi pendidikan berbasis agama menghadapi tantangan besar dalam menjaga kesehatan mental santri selama pandemi, mengingat perubahan pola interaksi dan pembatasan aktivitas sosial.

Pondok Modern Alrifaie 2 Malang adalah salah satu pondok pesantren yang terus berupaya menjaga kesehatan mental para santri melalui pendekatan komunikasi interpersonal. Komunikasi antar santri berperan penting sebagai bentuk dukungan sosial dalam menciptakan rasa aman, mengurangi kecemasan, dan memperkuat ketahanan mental. Studi oleh Rahmawati dan Putri (2021) menunjukkan bahwa dukungan dari teman sebaya melalui komunikasi efektif mampu mencegah stres dan meningkatkan kesejahteraan mental. Dalam konteks alumni, interaksi mereka selama pandemi dapat mencerminkan bagaimana pengalaman komunikasi yang terbangun di pesantren menjadi modal sosial dalam menghadapi krisis.

Namun, peran komunikasi antar santri dalam menjaga kesehatan mental belum banyak diteliti secara mendalam, terutama pada alumni yang telah meninggalkan lingkungan pesantren. Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi bagaimana komunikasi antar santri berkontribusi pada ketahanan mental mereka selama masa pandemi COVID-19, khususnya pada alumni Pondok Modern Alrifaie 2 Malang.

Komunikasi interpersonal, menurut Walgito (2010), adalah proses interaksi langsung antara dua individu atau lebih yang bertujuan untuk saling berbagi informasi, dukungan, dan pemahaman. Dalam konteks kelompok sosial seperti pesantren, komunikasi antar santri tidak hanya berfungsi sebagai sarana berbagi informasi, tetapi juga sebagai mekanisme dukungan emosional. Fleischer dan Döring (2018) menyatakan bahwa dukungan sosial dari hubungan interpersonal berkontribusi besar pada kesehatan mental, terutama dalam situasi krisis seperti pandemi.

Penelitian Hidayat dan Fikri (2022) juga menekankan pentingnya komunikasi dalam komunitas pesantren, di mana interaksi antar santri menciptakan rasa kebersamaan dan solidaritas yang mampu meredam kecemasan. Boyd (2014) menambahkan bahwa remaja cenderung lebih mengandalkan teman sebaya sebagai sumber dukungan emosional dibandingkan orang dewasa. Hal ini relevan dengan pola komunikasi yang terjadi di pesantren, di mana santri memiliki hubungan erat sebagai bagian dari sistem sosial yang terstruktur.

Pandemi COVID-19 telah memengaruhi pola komunikasi ini, baik di lingkungan pesantren maupun pada alumni yang kini hidup di luar lingkungan tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini mengkaji lebih dalam bagaimana alumni Pondok Modern Alrifaie 2 Malang memanfaatkan pengalaman komunikasi antar santri untuk menjaga kesehatan mental mereka selama pandemi.

Dari penelitian ini penulis berharap untuk dapat menganalisis bagaimana peran komunikasi interpersonal santri dalam upaya menjaga kesehatan mental mereka selama masa pandemi Covid-19 yang terjadi. Kemudian, pengidentifikasian yang dilakukan atas bentuk-bentuk komunikasi sebagai wujud dukungan psikologis santri lebih stabil. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pengalaman alumni Pondok Modern Alrifaie 2 Malang dalam memanfaatkan komunikasi sebagai strategi menghadapi tantangan kesehatan mental selama pandemi (Hidayat & Fikri, 2022).

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif pada Pondok Modern Al-Rifa'ie 2, berdasarkan pada apa yang diungkapkan oleh Sugiyono dalam Safarudin (2023) bahwa, "Metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen)". Pendekatan kualitatif sendiri merupakan pendekatan yang dilakukan dengan maksud agar dapat memahami mengenai fenomena yang dialami oleh subjek penelitian secara terintegrasi, misalnya hal-hal yang berperan afektif, kognitif, konatif maupun motivasi mereka. Dengan cara deskripsi ke dalam bentuk kata-kata serta pembahasan konteks ilmiah secara khusus dan dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah Moleong dalam Muhammad (2020). Selain itu, Pendekatan deskriptif tersebut menurut Kholidah (2018) yang menyatakan bahwa, "Penelitian kuantitatif deskriptif adalah metode penelitian untuk mendapatkan gambaran sistematis mengenai isu suatu dokumen, yaitu ketika dilakukan dengan metode historis dinilai kurang tepat". Hal itu didasarkan pada pendapat Surakhmad dalam Andi Prastowo (2014). Maka, pendekatan kualitatif deskriptif tersebut peneliti gunakan dengan

tujuan untuk menggali secara mendalam peran komunikasi antar santri dalam menjaga kesehatan mental alumni Pondok Modern Alrifaie 2 Malang selama pandemi COVID-19. Pendekatan ini dipilih untuk memahami pengalaman, persepsi, dan makna yang diberikan oleh para alumni terhadap komunikasi antar santri dalam konteks kesehatan mental mereka selama masa krisis (Walgito, 2010).

Subjek penelitian akan dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu memilih alumni yang memiliki pengalaman komunikasi antar santri yang relevan dengan topik penelitian. Pemilihan subjek yang tepat bertujuan untuk mendapatkan informasi yang mendalam dan representatif terkait topik yang diteliti. Penelitian ini akan dilaksanakan di salah satu kediaman narasumber di kota Malang, dengan fokus pada alumni pondok pesantren tersebut yang telah mengalami dampak pandemi COVID-19. Peneliti memilih menggunakan empat informan yang dianggap dapat merepresentasikan data sebagai data primernya, yakni empat alumni santri putri Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 Malang.

Untuk pengumpulan data, penelitian ini akan menggunakan wawancara mendalam (indepth interview) sebagai teknik utama. Peneliti merasa wawancara mendalam ini merupakan teknik yang sesuai dengan fokus penelitiannya, sebab penelitian ini menyangkut kejadian di masa lampau. Di zaman yang serba mudah dengan adanya bantuan teknologi untuk memudahkan antara peneliti dengan informannya, seperti melalui teams, zoom, whatsapp call dan lainnya. Sehingga wawancara dapat dilakukan secara langsung atau daring, menyesuaikan dengan kondisi serta kemampuan dari narasumber tersebut. Pedoman wawancara akan disusun secara semi-terstruktur, yakni berisi pertanyaan yang terkontrol oleh topik serta arah pembicaraan wawancara. Dalam hal itu, memungkinkan peneliti untuk menggali pengalaman dan persepsi informan secara fleksibel namun tetap fokus pada topik komunikasi antar santri dan dampaknya terhadap kesehatan mental mereka.

Dalam hal analisis data, setelah melakukan wawancara terhadap para narasumber, yang mana kemudian akan diproses melalui: reduksi data, yaitu penyaringan dan pemilahan data yang relevan dari hasil wawancara dan dokumentasi; penyajian data dalam bentuk narasi deskriptif, untuk memberikan gambaran yang jelas mengenai fenomena yang diteliti; penarikan kesimpulan, dengan menganalisis dan menginterpretasikan temuan untuk memahami bagaimana komunikasi antar santri berperan dalam menjaga kesehatan mental mereka selama pandemi (Fleischer & Döring, 2018).

Untuk memastikan keabsahan data, penelitian ini akan menggunakan triangulasi sumber, yakni membandingkan data yang diperoleh dari berbagai informan dengan dukungan observasi lapangan untuk memastikan konsistensi temuan. Dengan menggunakan beberapa sumber dalam prosesnya diharapkan dapat memberikan penelitian yang lebih objektif melalui adanya berbagai macam perspektif bagi penulis.

Dengan menggunakan metode ini, diharapkan penelitian dapat memberikan gambaran yang jelas tentang bagaimana komunikasi antar santri berperan dalam menjaga kesehatan mental mereka di tengah tantangan pandemi COVID-19.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Objek pada penelitian ini adalah salah satu sebuah lembaga pendidikan berbasis agama yang terdapat di Kabupaten Malang, yakni Pondok Modern Al-Rifa'ie 2, dengan prinsip untuk selalu memperbaharui teknologi yang diharapkan dapat berdampingan dengan agama yang diajarkan kepada para santrinya. Pondok modern tidak lain tidak adalah bahasa yang digunakan untuk menggambarkan unsur kemajuan dalam konteks modernisasi teknologi dan budayanya, berbeda halnya dengan pondok tradisional atau yang biasa dikenal dengan sebutan salaf, merupakan pondok yang masih kental akan budaya lama yang diajarkan oleh Ahli agama serta ketentuan syariat islam mulai dari zaman terdahulu.

Berdasarkan dari yang dikatakan oleh beberapa narasumber mengatakan bahwa, perbedaan terbesar antara pondok modern dengan pondok tradisional ini terletak pada sistem akademik serta budaya berpakaian maupun budaya perilaku masing-masing santrinya. Pondok modern cenderung lebih mengutamakan pada bidang akademis umum dengan sentuhan teknologi dalam proses belajarnya, sedangkan dalam pondok tradisional lebih condong terhadap mempelajari kitab-kitab islamnya. Selain itu, budayanya pun dapat dikatakan berbeda jauh, cara berpakaian dalam pondok modern sudah lebih menyesuaikan dengan tampilan, akan tetapi masih sesuai dengan syariat islam.

Untuk pondok tradisional bagaimana mereka memilih pakaian hanyalah didasarkan pada ketentuan agama serta kesederhanaan yang diajarkan, bahkan beberapa ada yang masih menggunakan sandal jadul yang disebut bangkiak serta berbagai budaya tradisional lainnya. Menurut hasil wawancara dari Aurellia, menjelaskan bahwa:

“Dari apa yang saya tahu, pondok tradisional itu masih terasa kental sekali budayanya bahkan mereka masih pakai kain tradisional sewek terus mereka juga biasanya diajarkan lebih mandiri kayak masak sendiri gitu, pelajaran yang didapatkan juga mostly kebanyakan lebih ke kitabnya.” (Wawancara pada 03 Desember 2024)

Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 sendiri memiliki tittle sebagai pesantren dengan basis modern yang memiliki fasilitas jenjang pendidikan terlengkap (Tk, SD, SMP/MTS, SMA/MA hingga Perguruan tinggi) di Jawa Timur. Bertempat di wilayah yang memang tidak asing dengan lingkungan santri-nya, Pondok Modern Al-Rifai'e 2 juga memiliki gambaran sebagai salah satu pesantren yang telah berkembang besar dengan santri yang cukup banyak jika dibandingkan dengan pesantren-pesantren di sekitarnya. Banyaknya santri yang dimiliki oleh pondok pesantren tersebut membuat wilayahnya sendiri dapat dikatakan cukup luas, selain itu biaya yang dikeluarkan untuk dapat menjadi seorang santri di pesantren berbasis modern juga tidaklah sedikit.

Dibalik semua kelebihan fasilitas dan kemegahannya, Pondok Modern Al-Rifai'ie 2 dirasa masih beberapa kekurangan jika dilihat dari sudut pandang lain. Berdasarkan penuturan narasumber Kania yang mengatakan bahwa:

“Ya sebenarnya dari pengalaman saya mondok disitu selama 3 tahun itu seru, tapi ada satu hal yang menurut saya masih bisa diperbaiki, yakni mungkin dari sisi akademis nya masih kurang. Menurut Saya, mungkin dari pemilihan tenaga pendidik yang kurang bisa menyampaikan ilmunya, sehingga saya merasa apa yang saya dapat selama mondok disana itu lebih kepada nilai kehidupannya aja bukan ke ilmu agamanya”. (Wawancara pada 04 Desember 2024)

Santri lulusan pesantren tersebut pun banyak yang berhasil masuk ke dalam beberapa Universitas ternama baik di Kota Malang maupun di luar Malang. Namun, sebenarnya bagaimana definisi dari santri itu sendiri. Santri merupakan sebutan untuk seseorang yang sedang mengenyam pendidikan atau peserta didik yang tinggal di suatu lingkungan asrama dengan dasar kehidupan secara syariat islami, sebutan ini tidak merujuk pada jenjang tertentu saja, selama masih termasuk dalam kategori tersebut mereka masih dapat dikatakan sebagai seorang santri. Beberapa jawaban informan terhadap pertanyaan mengenai pengertian santri menurut mereka (arti santri sesungguhnya, santri seperti apakah mereka saat itu).

“Dari sudut pandang saya sih santri itu sekelompok orang baru yang berubah menjadi keluarga karena tercipta oleh lingkungan pondok itu. saya dulu itu santri yang pemalas, males untuk bergaul, tidak banyak bicara dengan orang lain, lebih sering berdiam diri di kamar untuk tidur, jadi tergolong lebih individualis. Padahal kan di pondok itu supaya bisa belajar untuk bersosialisasi tapi saya justru lebih suka sendiri sama ngobrol ketika saya ingin saja dan itupun kepada orang tertentu”. (Wawancara dengan Achyaril pada 02 Desember 2024)

“Kalau menurut saya sendiri, santri adalah sebuah label yang udah tersemat ke setiap orang ketika masuk ke lingkup pondok pesantren, dari label itu kita disuruh untuk mengemban amanat menjaga nama sebuah santri, tentang bagaimana kita itu harusnya bersikap dan bijak untuk bertindak juga. Jadi

Kesehatan Mental di Masa Pandemi Covid-19: Studi Atas Alumni Pondok Modern Al-Rifaie 2 Malang
Irada Shidratin Haq, Rizky Surya Tawaqal
meskipun kita sebenarnya kurang setuju atau mengerti maksud dari beban moral dari santri itu, tapi kita tetap harus bisa dengan bijak menyesuaikan diri sama lingkungan di pondok pesantren. Saya sendiri bukan santri yang rajin, tetapi bukan juga yang tergolong pemalas jadi terkadang kalau saya pengen rajin juga bisa jadi lebih menyesuaikan, karena memang dalam hal itu saya juga orang yang cukup individualis waktu itu jadi tidak terlalu terpengaruh kalau ada pengaruh kurang baik dari teman sekitar”.
(Wawancara dengan Aurellia pada 03 Desember 2024)

Karakteristik seseorang memang memengaruhi bagaimana suatu budaya perilaku sebuah lingkungan kelompok sosial, sama halnya ketika berbicara di lingkup pondok pesantren ini, Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 yang pada dasarnya memiliki santri dengan jumlah cukup banyak. Didominasi oleh santri-santri yang berasal dari berbagai daerah sehingga memiliki budaya perilaku yang berbeda. Hal ini membuat interaksi komunikasi yang tercipta pun menjadi beragam, adakalanya perbedaan tersebut dapat menyatukan berbagai budaya yang ada, namun terkadang juga dapat membuat setiap individu lebih memilih untuk menghindari bersosialisasi. Meskipun bagi beberapa santri menjadi individualis dianggap lebih tenang karena dapat melakukan segala sesuatu sesuai kehendaknya sendiri, ada juga santri yang beranggapan bahwa bagaimanapun hidup di lingkungan pondok pesantren pasti perlu bersosialisasi. Sesuai dengan pernyataan narasumber Wardatul bahwa:

“Mau se-individualis apapun kita, kalau sudah di lingkungan pondok itu akan sulit, karena kita hampir setiap halnya selalu berhubungan dengan santri lain, jadi pasti saling membutuhkan satu sama lain sih”.
(Wawancara pada 05 Desember 2024)

Dari penjelasan tersebut dapat digambarkan pula bahwa bentuk komunikasi hubungan sosial setiap santrinya masih saling berhubungan, walaupun tidak memiliki kedekatan yang dapat dikatakan “dekat”, namun karena memiliki keterikatan sebagai sesama santri menjadikan setiap santri harus bersosialisasi dan memiliki bentuk pertemanan yang cukup baik. Selain itu, ketika dihadapi beberapa masalah bersama, mereka akan berusaha untuk membantu satu sama lain sebagai sesama santrinya. Salah satunya ketika masa-masa pandemi yang melanda pada tahun 2020 dimana para narasumber dihadapkan dengan situasi yang tidak akan terlupakan, sebab mereka harus terisolasi PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) per mulai tanggal 31 Maret 2021. Sesuai dengan Peraturan Pemerintah No. 21 Tahun 2020 tentang upaya mempercepat pemulihan dari situasi dampak Covid-19. Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 sendiri memiliki kebijakan dalam upaya mendukung peraturan pemerintah tersebut, dengan menunda jadwal perpulangan mereka yang kemudian beberapa treatment khusus dalam keseharian kehidupan santrinya.

“Ketika masa itu terjadi di pondok kami, dan kami tahu bahwa tidak ada perpulangan untuk sementara, jujur awalnya saya dan teman-teman panik sendiri. Sebab tekanan mental mulai dari rasa bosan ketika berada di tingkat akhir saat itu membuat saya dan teman-teman bingung serta ke pressured sendiri pastinya”. (Wawancara pada 01 Desember 2024)

Adapun hasil wawancara lain yang memengaruhi penelitian ini:

“Menurut saya, dari semua aspek yang paling memiliki dampak besar di kehidupan saya selama di pondok, yang tentunya bisa menjadi motivasi saya untuk survive adalah teman-teman khususnya teman terdekat saya. Kami memberikan dukungan satu sama lain dalam perbincangan keseharian, serta bercanda tawa setiap harinya, dengan harapan bisa mengalihkan pikiran dari kekhawatiran terhadap virus Covid-19 yang ada saat itu”. (Wawancara dengan Fairus pada 01 Desember 2024)

Menurut Yasmin dan Priyanata (2024), menyatakan bahwa “Komunikasi merupakan suatu aspek terpenting dalam kehidupan pada saat menjalankan aktivitas yang membentuk hubungan antara satu dengan yang lain”. Oleh karenanya, Komunikasi bukan lagi hal yang asing dan telah menjadi dasar dalam setiap sisi kehidupan manusia, yang mana terjadi ketika seseorang menerima stimulus dari apa yang ada dihadapannya dalam proses menerima pesan ataupun informasi yang kemudian diteruskan menjadi sebuah perintah tindakan untuk merespon dari stimulus penerimaan pesan sebelumnya. Tidak ada kelompok sosial yang terbentuk tanpa adanya komunikasi di antara para individu anggotanya, entah satu sama lain maupun secara keseluruhan kelompok tersebut.

Bentuk dari komunikasi sendiri digolongkan menjadi beberapa jenis dengan berdasar pada berbagai fungsi dan tujuan, seperti dalam fungsi karakteristik kelompok sosial sebuah organisasi dengan tujuan menganalisis budaya organisasi dan perilaku dalam suatu organisasi, maka komunikasi organisasi menjadi bentuk komunikasi yang tepat. Sama halnya dengan fungsi dalam interaksi langsung oleh dua orang, terdapat komunikasi interpersonal yang nantinya dapat digunakan untuk menyesuaikan proses komunikasi agar dapat berhasil mencapai goals komunikasi tersebut.

Komunikasi interpersonal merupakan interaksi pertukaran pesan yang dilakukan satu sama lain oleh dua orang maupun lebih secara tatap muka, dengan peluang mendapatkan reaksi langsung entah secara verbal maupun nonverbal oleh lawan bicaranya. Komunikasi antarpribadi ini meskipun komunikasi yang paling sering ditemui contohnya dalam percakapan sederhana sehari-sehari, namun seringkali dari berbagai pihak mengalami kesulitan untuk mendapatkan pesan ataupun feedback yang sesuai dengan yang diharapkan Roem (2019).

Jika dipahami lebih mendalam, komunikasi antarpribadi ini memungkinkan komunikator untuk memberikan pesan verbal atau nonverbal dengan reaksi umpan balik yang

langsung juga, reaksi tersebut tentu tidak harus sesuai dengan pesan yang diterima. Komunikasi dapat memberikan umpan balik nonverbal meskipun ia menerima pesan secara verbal, begitu pula sebaliknya. Dalam berbagai aktivitas dan situasi, komunikasi interpersonal sendiri dapat memberikan pengaruh yang cukup krusial, seperti halnya dalam upaya menjaga suatu hubungan satu sama lain oleh setiap individu dalam sebuah lingkungan sosial tertentu.

Peran komunikasi interpersonal atau antar pribadi itu sendiri dalam hal ini, merupakan salah satu faktor utama santri bisa menghadapi situasi berat tersebut. Bagaimana mereka mencoba untuk mengalihkan pikiran-pikiran berlebihan terhadap kekhawatiran yang tersebar hampir di seluruh penjuru dunia mengenai bahayanya virus tersebut, yang kemudian hal itu dapat memperburuk kondisi kesehatan orang itu. Meskipun pada beberapa santri mereka tidak terlalu masalah jika tidak memiliki hubungan pertemanan yang baik, mereka justru lebih berfokus pada aktivitas mandiri yang dilakukan, seperti menekuni hobi: menulis dan menggambar, atau bahkan pada santri tingkat akhir fokus belajar mempersiapkan ujian masuk Perguruan Tinggi yang akan datang. Di beberapa sisi, terdapat pula santri yang tidak terlalu mementingkan perihal virus, sehingga menganggap situasi tersebut bukanlah suatu masalah melainkan hanya kondisikondisi seperti biasa saja. Faktor dari karakteristik setiap santri juga mengambil peran dalam hal komunikasi antar santri yang terjadi sehingga bisa saja apa yang dirasakan oleh setiap santri berbeda, maksudnya bisa saja ada yang merasa bahwa justru dengan ikut bersosialisasi dengan santri lain membuat mereka merasa kurang nyaman, dengan dasar karakter kepribadian yang bertolak belakang antara satu sama lain.

4. KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Setelah melakukan riset dari data-data yang telah dipaparkan, peneliti menemukan adanya peran penting antara komunikasi setiap santri yang dilakukan baik dalam bentuk pertemanan dekat atau bahkan beberapa kegiatan bersama oleh seluruh santrinya. Kehidupan sosial di Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 mencerminkan keberagaman budaya santri yang berasal dari berbagai daerah. Perbedaan latar belakang ini membawa dinamika yang unik dalam interaksi sehari-hari, di mana sebagian santri mungkin lebih memilih untuk bersikap individualis. Namun, lingkungan pondok secara alami mendorong setiap individu untuk bersosialisasi. Aktivitas bersama dan komunikasi interpersonal menjadi elemen penting yang memungkinkan santri membangun hubungan sosial serta mendukung kehidupan mereka di pondok. Ketika pandemi COVID-19 melanda, interaksi sosial dan komunikasi interpersonal semakin

memainkan peran yang sangat penting. Pembatasan sosial yang diterapkan selama pandemi menimbulkan tekanan mental bagi para santri. Dalam situasi ini, dukungan dari teman-teman dan kegiatan yang dilakukan bersama menjadi kunci untuk membantu santri mengalihkan perhatian dari kecemasan yang dirasakan. Kemampuan adaptasi individu juga turut berkontribusi dalam menghadapi masa-masa sulit tersebut, menciptakan lingkungan yang saling mendukung di tengah tantangan yang ada. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal adalah faktor krusial dalam membangun dan memperkuat hubungan sosial di pondok pesantren. Interaksi yang terjadi tidak hanya berfungsi sebagai media pertukaran informasi, tetapi juga sebagai mekanisme untuk saling memberikan dukungan emosional. Karakteristik setiap santri yang beragam memengaruhi cara mereka menjalin hubungan dan merespons situasi, menciptakan pola komunikasi yang unik di lingkungan pondok. Secara keseluruhan, modernisasi yang diterapkan di Pondok Modern Al-Rifa'ie 2 membantu kemajuan pondok dari segi teknologi dan pendidikan. Namun, untuk menciptakan keseimbangan yang ideal, diperlukan perhatian terhadap aspek akademik dan kebutuhan emosional para santri. Hal ini penting agar nilai-nilai agama yang diajarkan tetap relevan dan dapat berjalan selaras dengan perkembangan teknologi, sekaligus menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan para santri.

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa implikasi saran yang dapat dipertimbangkan untuk pengembangan Pondok Modern Al-Rifa'ie 2. **Bidang akademik.** Pihak pondok diharapkan dapat meningkatkan kualitas tenaga pendidik, khususnya dalam kemampuan menyampaikan materi akademik dan agama dengan lebih efektif. Hal ini bertujuan agar santri tidak hanya mendapatkan pengalaman nilai kehidupan, tetapi juga pengetahuan akademis dan agama yang lebih mendalam. **Bidang sosial,** Pondok dapat menyediakan program atau kegiatan yang lebih terstruktur untuk mendukung kesejahteraan mental santri. Misalnya, sesi konseling rutin atau forum diskusi yang memungkinkan santri berbagi pengalaman dan tantangan yang mereka hadapi. Pendekatan ini dapat membantu santri lebih terbuka terhadap sesama dan mengurangi tekanan mental, terutama dalam situasi sulit seperti pandemi. **Bidang budaya,** Perlu diadakan kegiatan lintas budaya di pondok untuk meningkatkan pemahaman dan toleransi antar santri yang berasal dari latar belakang budaya berbeda. Program semacam ini dapat memperkuat rasa kebersamaan sekaligus mendorong santri untuk lebih aktif bersosialisasi dalam lingkungan pondok. **Bidang teknologi,** Dalam menghadapi era modernisasi, pondok perlu memastikan bahwa pengintegrasian teknologi ke dalam sistem pendidikan tetap sejalan

dengan nilai-nilai Islam. Dengan demikian, santri dapat memanfaatkan teknologi sebagai alat pembelajaran tanpa melupakan prinsip-prinsip agama yang menjadi dasar kehidupan mereka di pondok pesantren.

REFERENSI

- Boyd, D. (2014). *It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens*.
- Fleischer, A. R., & Döring, N. (2018). *Social Support in Interpersonal Relationships*.
- Hidayat, R. H., & Fikri, M. (2022). *Strategi Komunikasi dalam Menjaga Mental Health Santri Pondok Pesantren di Masa Pandemi*. *Jurnal Komunikasi Islam*, 10(1), 75-88.
- Kholidah, I. R., & Sujadi, A. A. (2018). Analisis pemahaman konsep matematika siswa kelas V dalam menyelesaikan soal di SD Negeri Gunturan Pandak Bantul tahun ajaran 2016/2017. *Trihayu*, 4(3), 259074.
- Kim, J. H., & Singh, N. (2020). *Pandemic Psychology: Building Community Support*.
- Muhammad, Z. (2020). *Analisis Biaya Operasional Atas Konsumsi Bahan Bakar Alat Berat Berdasarkan Volume Muatan (Survei dilakukan di PT. Kereta Api Logistik)* (Doctoral dissertation, Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Indonesia Jakarta).
- Nasir, A., & Yulianti, S. (2021). *Peran Komunikasi dalam Membangun Ketahanan Mental Santri di Era Pandemi COVID-19*. *Jurnal Studi Komunikasi Islam*, 15(2), 91-105.
- Rahmawati, A. T. (2017). Pola Komunikasi Santri terhadap Kiai: Studi atas Alumni Pondok Modern dan Pondok Salaf. *Academica: Journal of Multidisciplinary Studies*, 1(1), 1-18.
- Rahmawati, L., & Putri, E. (2021). *Dukungan Teman Sebaya terhadap Kesehatan Mental Remaja di Masa Pandemi*. *Jurnal Kesehatan Mental Remaja*, 5(4), 112-123.
- Roem, E. R. (2019). *Komunikasi Interpersonal*. Malang: CV IRDH.
- Rosmalina, A. (2018). Peran Komunikasi Interpersonal Dalam Mewujudkan Kesehatan Mental Seseorang. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 1(01).
- Safarudin, R., Zulfamanna, Z., Kustati, M., & Sepriyanti, N. (2023). Penelitian kualitatif. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(2), 9680-9694.
- Setiawan, A., & Nurhadi, S. (2021). *Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesehatan Mental pada Mahasiswa selama Pandemi Covid-19*. *Jurnal Psikologi Sosial*, 7(3), 234-245.
- Sridhar, K. S. (2021). *Mental Health and Resilience During the Pandemic*.
- Undang-Undang Negara Republik Indonesia No. 21 Tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (Covid-19).
[https://dpmpd.kaltimprov.go.id/artikel/kebijakan-psbb-apaitu#:~:text=Masih%20pada%20tanggal%20yang%20sama,2019%20\(Covid%2D19\)](https://dpmpd.kaltimprov.go.id/artikel/kebijakan-psbb-apaitu#:~:text=Masih%20pada%20tanggal%20yang%20sama,2019%20(Covid%2D19).).
- Walgito, B. (2010). *Psikologi Sosial*.
- Yasmin, A. F., & Priyanata, A. B. (2024). Komunikasi Model Lasswell Dan Stimulus-OrganismResponse Dalam Mewujudkan Pembelajaran Menyenangkan Kelas 3 Sd. *Jurnal Pena Karakter: Jurnal Pendidikan Anak dan Karakter*, 6(1), 24-30.