



Peer to Peer Interaction Patterns for Mental Health and Student learning motivation

Hawwa Nasywa Aqillah^{1*}, Audesty Anggraeny Laurenza², Hilda Rosida³

^{1,2,3} UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Indonesia

Corresponding Author ✉ 211340030.hawwa@uinbanten.ac.id*

ABSTRACT

This study aims to analyze the pattern of peer interaction in relation to mental health and learning motivation of students at Pondok Pesantren Daar el Syahid, Teluknaga, Tangerang. Peers are an important factor in shaping students' academic behavior and psychological well-being in the pesantren environment, where social interactions take place intensively and continuously. This research used a qualitative method with a case study approach, involving observation, in-depth interviews, and documentation to collect data. Data analysis was conducted through reduction techniques, data presentation, and conclusion drawing. The results showed that peer interaction has a significant impact on students' mental health and learning motivation. Peers act as internal motivators through direct encouragement, positive behavioral examples, and healthy competition. Emotional encouragement from peers is proven to help students cope with academic pressure, while positive behavioral role models encourage students to adopt better study habits. In addition, healthy competition among peers increases students' intrinsic motivation to achieve academically. However, negative social pressure from peers can also impair mental health and decrease motivation to learn. This study concludes that peer interaction patterns at Pondok Pesantren Daar el Syahid play an important role in supporting the balance between students' mental health and learning motivation. Therefore, more structured efforts are needed to encourage healthy and supportive interactions among students as part of efforts to improve their academic performance and psychological well-being.

Keywords: *Peer Interaction, Mental Health, Learning Motivation, Student Education*

ARTICLE INFO

Article history:

Received

June 31, 2024

Revised

August 30, 2024

Accepted

September 28,
2024

Journal Homepage

<https://ojs.staialfurqan.ac.id/IJoASER/>

This is an open access article under the CC BY SA license

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

INTRODUCTION

Pola interaksi teman sebaya memiliki peran penting dalam membentuk perkembangan psikologis dan akademis siswa, terutama dalam lingkungan pendidikan khusus seperti pondok pesantren (Jaenullah, Ferdian Utama, 2022). Teman sebaya yang merupakan kelompok sosial terdekat dengan siswa, menjadi sumber dukungan emosional sekaligus pengaruh perilaku yang signifikan dalam kehidupan sehari-hari (Hanapi & Agung, 2018). Di Pondok Pesantren Daar el Syahid, Teluknaga Tangerang, interaksi peer-to-peer memiliki karakteristik unik karena lingkungan pesantren yang memadukan pendidikan agama dan umum serta kehidupan komunal yang intens. Dalam konteks kesehatan mental, interaksi teman sebaya di pondok pesantren dapat berperan sebagai mekanisme koping bagi siswa yang menghadapi

tantangan psikologis seperti stres akademik, kerinduan akan keluarga, atau kesulitan adaptasi (Zakariyah, Fauziyah, & Kholis, 2022). Siswa yang memiliki dukungan positif dari teman sebaya cenderung lebih mampu mengelola tekanan mental, menunjukkan tingkat kesejahteraan emosional yang lebih tinggi, dan memiliki relasi interpersonal yang lebih kuat (Agoes Salim, Istiasih, Rumalutur, & Biondi Situmorang, 2023).

Selain itu, motivasi belajar siswa juga sangat dipengaruhi oleh dinamika interaksi (Yusup, Marzani, Lubis, & Anggraeni, 2023). Dalam lingkungan pendidikan, seperti di pondok pesantren atau sekolah, siswa sering kali menghabiskan banyak waktu dengan teman-temannya. Interaksi yang terjadi di antara mereka bisa memengaruhi tingkat semangat dan keinginan siswa untuk belajar (Jamal, Uyun, Isnaini, & Arjuni, 2023). Ketika dinamika interaksi berjalan dengan baik, misalnya melalui dukungan sosial, motivasi positif, dan persaingan sehat, motivasi siswa untuk mencapai prestasi akademik cenderung meningkat (Bimayu, Kristiawan, Fitriani, Negeri, & Rotan, 2020). Teman sebaya sering menjadi sumber dorongan langsung yang mendorong siswa untuk terus belajar, baik melalui ajakan belajar bersama, saling memberi semangat, maupun contoh perilaku yang positif (Hanapi & Agung, 2018). Dinamika ini menciptakan lingkungan sosial yang mendukung, di mana siswa merasa termotivasi karena mereka melihat teman-teman mereka berusaha keras untuk belajar dan mencapai prestasi. Sebaliknya, dinamika interaksi yang kurang mendukung, seperti adanya konflik, tekanan sosial, atau perilaku negatif di antara teman sebaya, bisa menurunkan motivasi belajar. Siswa yang merasa tertekan atau dikucilkan mungkin kehilangan semangat untuk belajar karena mereka merasa kurang dihargai atau bahkan cemas dalam lingkungan sosial mereka (Kristianto, Susetyo, Utama, Fitriano, & Jannah, 2023). Oleh karena itu, dinamika interaksi antara teman sebaya menjadi faktor yang sangat penting dalam membentuk motivasi belajar siswa.

Hubungan sosial yang positif dan konstruktif akan menciptakan semangat yang tinggi, sedangkan hubungan yang negatif dapat menjadi penghalang bagi perkembangan akademik dan mental siswa (Maria & Amalia, 2018). Teman sebaya dapat berperan sebagai motivator internal karena mereka memiliki pengaruh besar dalam kehidupan sosial dan akademik siswa (Nurul Fadhilah & Mukhlis, 2021). Dorongan langsung dari teman sebaya terjadi ketika siswa saling memberikan dukungan verbal atau emosional, seperti memberikan semangat saat menghadapi tantangan akademis, membantu memecahkan masalah, atau memberi pujian atas pencapaian. Ini meningkatkan rasa percaya diri dan semangat belajar (Yudha, 2020). Contoh perilaku positif yang ditunjukkan oleh teman sebaya juga dapat menjadi inspirasi bagi siswa lain. Ketika seorang siswa melihat temannya rajin belajar, disiplin, atau mendapatkan hasil yang baik, ini sering kali memicu keinginan untuk meniru perilaku tersebut, menciptakan efek sosial yang mendukung pembelajaran. Dengan demikian, interaksi ini membangun budaya belajar yang positif di kalangan teman sebaya. Selain itu, kompetisi yang sehat di antara teman sebaya dapat memacu motivasi belajar. Ketika siswa bersaing dalam suasana yang positif seperti berusaha mendapatkan nilai lebih tinggi atau mencapai target tertentu, mereka terdorong untuk meningkatkan usaha mereka (Ahmadi, A., & Widodo, 2003).

Namun, kompetisi ini tetap harus diimbangi dengan semangat kebersamaan dan saling mendukung agar tidak menimbulkan tekanan berlebihan atau rasa iri yang merugikan. Secara keseluruhan, dorongan, teladan perilaku baik, dan kompetisi sehat dari teman sebaya menjadi kekuatan motivasi internal yang mendorong siswa untuk belajar lebih giat dan mencapai prestasi lebih baik (Sethi & Scales, 2020). Di pondok pesantren, di mana pola pembelajaran bersifat kolektif, rasa kebersamaan dan

tanggung jawab kelompok sering kali meningkatkan dorongan intrinsik untuk mencapai prestasi akademik yang lebih baik. Namun, interaksi teman sebaya juga dapat membawa risiko. Tekanan sosial atau pengaruh negatif dari kelompok sebaya dapat mengganggu kesehatan mental dan menurunkan motivasi belajar siswa. Oleh karena itu, penting untuk memahami pola interaksi teman sebaya di pesantren ini dalam rangka mengoptimalkan kesejahteraan mental dan motivasi belajar siswa secara menyeluruh (Karim, 2020).

Dalam kajian teori, dukungan sosial yang dikemukakan oleh Cohen & Wills menjelaskan bahwa dukungan sosial dari lingkungan, termasuk teman sebaya, dapat mengurangi dampak stres negatif pada individu. Dukungan ini mencakup aspek emosional, informatif, dan instrumental yang membantu individu menghadapi tekanan hidup sehari-hari dan meningkatkan kesehatan mental (Cohen & McKay, 2020). Selain itu, teori interaksi sosial yang dikemukakan oleh George Homans menekankan bahwa interaksi sosial adalah dasar dari pembentukan struktur sosial dalam kelompok kecil. Dalam konteks pendidikan, interaksi sosial antar siswa di pesantren mempengaruhi sikap, nilai, dan perilaku belajar mereka (Enayat, Mehrani Ardebili, Reyhani Kivi, Amjadi, & Jamali, 2022). Teori motivasi dari Ryan dan Deci yang dikenal sebagai Teori Self-Determination, juga menyebutkan bahwa motivasi intrinsik dapat diperkuat melalui interaksi teman sebaya yang mendukung, memberikan rasa kompetensi, otonomi, dan keterhubungan, sementara interaksi negatif dapat menghambat motivasi (Ryan, R. M., & Deci, 2017).

Penelitian terdahulu juga memperkuat hubungan antara interaksi teman sebaya dengan kesehatan mental dan motivasi belajar siswa. Saragih menunjukkan bahwa interaksi sosial teman sebaya yang positif berkontribusi signifikan terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis siswa. Dukungan emosional dari teman sebaya membantu siswa mengatasi stres akademik dan masalah sosial lainnya (Saragih, 2019). Rahman meneliti pengaruh teman sebaya terhadap motivasi belajar siswa di lingkungan pondok pesantren dan menemukan bahwa hubungan sosial yang baik antar siswa mampu meningkatkan semangat belajar dan kinerja akademis mereka (Rahman, 2021). Kompetisi yang sehat dan dorongan motivasi dari teman-teman turut memperkuat keterlibatan siswa dalam kegiatan belajar. Namun, penelitian oleh Wardani (2020) menunjukkan bahwa tekanan dari teman sebaya yang negatif, seperti perilaku bullying atau intimidasi, memiliki dampak buruk terhadap kesehatan mental siswa, termasuk meningkatkan risiko depresi, kecemasan, dan penurunan motivasi belajar (Wardani, 2020).

Berdasarkan latar belakang diatas, jelas bahwa pola interaksi teman sebaya memainkan peran yang signifikan dalam kesejahteraan mental dan motivasi belajar siswa. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pola interaksi peer-to-peer di Pondok Pesantren Daar el Syahid dan dampaknya terhadap dua aspek penting yang diteliti. Dengan memahami dinamika tersebut, diharapkan pihak pesantren dapat mengembangkan strategi yang lebih efektif dalam mengelola hubungan sosial antar siswa demi peningkatan kualitas pembelajaran dan kesejahteraan psikologis mereka.

METHOD

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan tujuan untuk memahami secara mendalam pola interaksi teman sebaya (peer-to-peer) dan dampaknya terhadap kesehatan mental serta motivasi belajar siswa di Pondok Pesantren Daar el Syahid Teluknaga, Tangerang. Pendekatan ini dipilih karena dapat

mengungkap fenomena sosial yang terjadi secara alami dalam lingkungan pesantren, di mana interaksi antar siswa berlangsung secara dinamis. Penelitian dilakukan di Pondok Pesantren Daar el Syahid dengan subjek penelitian siswa atau santri yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Sebanyak 20 siswa atau santri dipilih sebagai informan utama karena dianggap memiliki pengalaman yang signifikan dalam interaksi teman sebaya di pesantren. Pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik utama, yaitu wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi (Murdiyanto, 2020).

Wawancara mendalam dilakukan secara semi-terstruktur untuk menggali pengalaman siswa terkait interaksi teman sebaya dan dampaknya pada kesehatan mental serta motivasi belajar. Observasi partisipatif dilakukan selama dua minggu untuk memantau interaksi siswa dalam kegiatan sehari-hari, seperti belajar bersama atau kegiatan keagamaan. Sementara itu, dokumentasi berupa catatan kegiatan pesantren, jadwal belajar siswa, dan laporan prestasi akademik juga dikumpulkan untuk memperkuat analisis. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis tematik dengan langkah-langkah seperti reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Data dari wawancara dan observasi disortir untuk menemukan tema-tema utama yang berkaitan dengan peran teman sebaya sebagai motivator, contoh perilaku positif, dan sumber tekanan sosial. Keabsahan data dijaga dengan teknik triangulasi, yaitu dengan membandingkan hasil dari wawancara, observasi, dan dokumentasi untuk menemukan konsistensi. Selain itu, dilakukan member checking untuk memastikan bahwa hasil interpretasi sesuai dengan pengalaman informan (Fadli, 2021).

RESULTS AND DISCUSSION

Kesehatan Mental dan Motivasi Belajar Siswa

Kesehatan mental dan motivasi belajar siswa merupakan dua aspek yang saling berkaitan erat dalam proses pendidikan. Kesehatan mental mencakup kondisi emosional, psikologis, dan sosial yang memengaruhi cara seseorang berpikir, merasa, dan bertindak. Bagi siswa, kesehatan mental yang baik sangat penting untuk menghadapi tekanan akademik, tantangan sosial, serta berbagai perubahan yang terjadi selama masa pertumbuhan. Ketika siswa memiliki kesehatan mental yang baik, mereka lebih mampu mengelola stres, membangun hubungan sosial yang positif, dan tetap termotivasi dalam belajar. Sebaliknya, masalah kesehatan mental seperti kecemasan, stres berlebihan, atau depresi dapat mengganggu konsentrasi, mengurangi motivasi belajar, dan menurunkan prestasi akademik.

Kesehatan mental adalah kondisi kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial yang mempengaruhi cara seseorang berpikir, merasa, dan berperilaku. Dalam konteks pendidikan, kesehatan mental yang baik adalah elemen penting yang memungkinkan siswa untuk berkembang secara optimal, baik secara akademik maupun sosial. Menurut teori Abraham Maslow dalam Hierarchy of Needs, kesehatan mental yang baik merupakan bagian dari pemenuhan kebutuhan psikologis dan rasa aman yang mendukung siswa dalam mencapai potensi diri. Siswa yang memiliki kesehatan mental yang baik mampu mengelola stres, mempertahankan hubungan sosial yang positif, dan menunjukkan ketahanan psikologis terhadap berbagai tekanan akademik dan sosial. Menurut Lazarus dan Folkman, individu dengan kesehatan mental yang baik cenderung memiliki kemampuan koping yang kuat dalam menghadapi stres. Dalam konteks pendidikan, siswa yang mampu mengatasi tekanan akademik atau konflik sosial dengan teman sebaya biasanya menunjukkan performa

belajar yang lebih baik. Kesehatan mental yang buruk, di sisi lain, dapat menyebabkan penurunan konsentrasi, kecemasan berlebihan, depresi, dan berbagai masalah perilaku yang menghambat proses belajar.

Kemudian motivasi belajar, merujuk pada dorongan internal atau eksternal yang mendorong siswa untuk berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran dan mencapai tujuan akademiknya. Motivasi belajar dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk lingkungan keluarga, interaksi dengan teman sebaya, dan pengalaman belajar di sekolah. Siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi biasanya menunjukkan minat yang besar terhadap pelajaran, bersedia berusaha lebih keras, dan cenderung mencapai hasil akademik yang lebih baik. Motivasi ini bisa bersifat intrinsik, di mana siswa terdorong karena keinginan untuk memahami materi dan mencapai kepuasan pribadi, atau ekstrinsik, di mana dorongan belajar berasal dari faktor luar, seperti mendapatkan nilai bagus atau pujian dari guru.

Motivasi belajar merujuk pada dorongan atau keinginan yang dimiliki siswa untuk belajar dan mencapai tujuan akademis. Motivasi ini dapat bersifat intrinsik, di mana dorongan untuk belajar berasal dari minat pribadi siswa untuk memahami materi atau mencapai kepuasan diri, atau ekstrinsik, di mana dorongan belajar dipicu oleh faktor eksternal seperti penghargaan, nilai, atau persetujuan sosial. Teori Self-Determination Theory (SDT) yang dikemukakan oleh Deci dan Ryan menekankan bahwa motivasi intrinsik, yang didorong oleh keinginan untuk penguasaan, otonomi, dan rasa kompeten, lebih efektif dalam menghasilkan pembelajaran yang bermakna dan berkelanjutan dibandingkan motivasi ekstrinsik. Menurut Albert Bandura dalam teori Social Cognitive, motivasi belajar siswa dipengaruhi oleh efikasi diri atau keyakinan individu terhadap kemampuan mereka dalam mencapai tujuan. Siswa yang memiliki keyakinan diri yang tinggi cenderung lebih termotivasi untuk berusaha, meskipun menghadapi kesulitan. Sebaliknya, rendahnya efikasi diri sering kali dikaitkan dengan rasa ketidakmampuan yang dapat menurunkan motivasi belajar.

Interaksi antara kesehatan mental dan motivasi belajar terlihat jelas dalam konteks pendidikan. Ketika siswa memiliki kesehatan mental yang baik, mereka lebih mampu mengelola tantangan akademik, merasa percaya diri, dan memiliki semangat yang tinggi dalam belajar. Sebaliknya, siswa yang mengalami masalah kesehatan mental sering kali merasa cemas atau kurang percaya diri, yang dapat mengurangi motivasi mereka untuk belajar. Oleh karena itu, menjaga kesehatan mental siswa sangat penting untuk mendukung motivasi belajar yang optimal. Lingkungan pendidikan yang mendukung, termasuk dukungan dari guru, teman sebaya, dan keluarga, juga memainkan peran penting dalam menjaga keseimbangan antara kesehatan mental dan motivasi belajar siswa.

Kesehatan mental dan motivasi belajar memiliki hubungan yang erat. Menurut teori Transactional Model of Stress and Coping (Lazarus & Folkman), kesehatan mental yang baik membantu siswa untuk menghadapi tekanan akademik dan sosial, yang pada gilirannya meningkatkan motivasi belajar mereka. Siswa yang memiliki kondisi emosional yang stabil cenderung lebih mudah terlibat dalam proses belajar karena mereka dapat mengatur stres dan mengarahkan fokusnya pada pencapaian tujuan akademis. Sebaliknya, siswa dengan masalah kesehatan mental, seperti kecemasan atau depresi, sering kali kehilangan minat untuk belajar dan berprestasi. Selain itu, teori motivasi Herzberg juga relevan, di mana faktor-faktor yang mendukung kesehatan mental seperti lingkungan yang mendukung, hubungan yang baik dengan teman sebaya, dan rasa aman dalam proses belajar akan meningkatkan motivasi siswa. Dalam konteks pendidikan, jika kesehatan mental siswa terganggu,

mereka cenderung mengalami penurunan motivasi belajar, sehingga prestasi akademik mereka juga terpengaruh. Secara teoritis, menjaga keseimbangan antara kesehatan mental dan motivasi belajar merupakan hal penting untuk mendukung keberhasilan siswa. Siswa yang sehat secara mental dan memiliki motivasi belajar yang tinggi tidak hanya mampu menghadapi tantangan akademik dengan lebih baik, tetapi juga lebih mungkin mencapai potensi maksimal mereka dalam pendidikan.

Kesehatan mental siswa dipengaruhi oleh dukungan sosial yang mereka terima dari teman sebaya. Dalam konteks pesantren, di mana interaksi berlangsung hampir sepanjang waktu, hubungan positif dengan teman sebaya dapat memberikan rasa aman, dukungan emosional, dan kebersamaan yang penting untuk menjaga stabilitas psikologis. Teman sebaya dapat menjadi tempat curhat atau berbagi perasaan, sehingga siswa merasa tidak sendirian dalam menghadapi tekanan akademik atau sosial. Sebaliknya, jika interaksi tersebut bersifat negatif, seperti adanya konflik atau perundungan, hal itu dapat menyebabkan kecemasan, stres, atau perasaan rendah diri, yang berpotensi merusak kesehatan mental siswa.

Sementara itu, motivasi belajar siswa juga sangat dipengaruhi oleh dinamika interaksi teman sebaya. Siswa yang dikelilingi oleh teman-teman yang rajin dan saling mendukung cenderung lebih termotivasi untuk belajar. Dalam banyak kasus, teman sebaya bisa menjadi motivator utama yang mendorong siswa untuk belajar lebih giat melalui contoh perilaku positif, ajakan belajar bersama, atau kompetisi sehat. Di pesantren, suasana kompetitif yang sehat, misalnya siapa yang lebih cepat menghafal materi atau mendapatkan nilai bagus, bisa meningkatkan motivasi intrinsik siswa. Namun, jika interaksi antar teman sebaya tidak kondusif, seperti munculnya tekanan sosial atau perbandingan yang berlebihan, hal ini dapat melemahkan motivasi siswa dan membuat mereka enggan untuk berprestasi.

Pola Interaksi Siswa dalam Belajar

Dalam konteks pendidikan di Pondok Pesantren Daar el Syahid, interaksi teman sebaya sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental dan motivasi belajar siswa. Teman sebaya, yang memiliki hubungan dekat secara emosional dan sosial, berperan penting dalam membentuk perilaku akademik dan psikologis siswa. Salah satu cara yang signifikan adalah melalui peran teman sebaya sebagai motivator internal yang mendorong semangat belajar.

Pertama, teman sebaya memberikan dorongan langsung berupa dukungan verbal dan emosional yang sangat berharga bagi siswa. Ketika siswa merasa kesulitan dalam memahami materi atau menghadapi tekanan akademik, teman sebaya sering kali menjadi orang pertama yang memberikan motivasi. Misalnya, ucapan semangat atau ajakan untuk belajar bersama dapat meminimalisir rasa cemas dan meningkatkan kepercayaan diri siswa.



Gambar 1. Interaksi Slaing Mendukung Sesama Siswa

Dari wawancara dengan beberapa siswa, menyatakan bahwa dorongan langsung dari teman sebaya membantu mereka dalam mengatasi tantangan belajar. Salah satu siswa, F, menyatakan:

"Saya kadang merasa malas belajar, apalagi kalau pelajarannya sulit. Tapi kalau lihat teman-teman rajin belajar, terutama kalau ada yang ngajak belajar bareng, saya jadi semangat lagi. Mereka juga sering kasih semangat kalau saya kelihatan mulai malas."

Pernyataan tersebut menyoroti pentingnya interaksi teman sebaya sebagai sumber dukungan emosional yang berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar siswa. Dalam konteks pendidikan, dukungan sosial dari teman sebaya dapat membantu mengurangi tekanan yang dialami siswa, yang sering kali muncul akibat tuntutan akademik yang tinggi. Teori dukungan sosial yang dikemukakan oleh Cohen & Wills (1985) menjelaskan bahwa dukungan ini dapat mengambil berbagai bentuk, termasuk dukungan emosional, informasi, dan instrumental, yang semuanya berkontribusi pada peningkatan kemampuan individu untuk mengatasi stres.

Ketika siswa mendapatkan dukungan emosional dari teman sebaya, seperti dorongan, pengertian, atau bantuan ketika menghadapi kesulitan belajar, mereka cenderung merasa lebih mampu menghadapi tantangan akademik. Dukungan ini dapat meningkatkan kepercayaan diri dan mengurangi perasaan cemas atau tertekan. Dalam lingkungan pesantren, interaksi positif ini sering terwujud dalam kegiatan belajar bersama, seperti musyawarah, di mana siswa berkolaborasi untuk memahami pelajaran. Dalam suasana ini, siswa tidak hanya saling membantu secara akademis tetapi juga berbagi pengalaman dan strategi belajar, yang memperkuat ikatan sosial dan memberikan rasa memiliki. Kegiatan belajar bersama di pesantren menciptakan ruang di mana siswa merasa didukung dan termotivasi untuk berkontribusi. Ketika siswa melihat teman-teman mereka berusaha dan saling mendukung, mereka merasa terinspirasi untuk melakukan hal yang sama, yang pada gilirannya dapat meningkatkan motivasi belajar mereka. Dengan kata lain, dukungan sosial yang terjalin dalam interaksi teman sebaya di pesantren dapat membantu mengurangi dampak negatif dari stres akademik, meningkatkan kesejahteraan mental, dan menciptakan lingkungan belajar yang positif.

Kedua, contoh perilaku positif yang ditunjukkan oleh teman sebaya menjadi model yang kuat dalam mendorong perilaku belajar yang baik. Siswa yang melihat temannya rajin belajar, berprestasi, atau disiplin cenderung terdorong untuk meniru

perilaku tersebut. Dalam situasi tersebut, teori pembelajaran sosial dari Bandura sangat relevan, di mana individu belajar melalui pengamatan terhadap perilaku orang lain. Di pondok pesantren, di mana siswa hidup dan belajar bersama dalam waktu yang panjang, pengaruh perilaku positif ini lebih mudah diserap karena intensitas interaksi yang tinggi. Misalnya, siswa yang konsisten belajar sebelum waktu tidur sering kali menjadi inspirasi bagi temannya untuk melakukan hal yang sama, sehingga menciptakan budaya belajar yang mendukung satu sama lain.

Sebagaimana siswa juga mengaku bahwa mereka sering termotivasi untuk belajar lebih giat setelah melihat perilaku positif dari teman-temannya. Salah satu siswa, R, mengungkapkan:

"Kalau lihat teman yang rajin belajar, saya jadi ikut-ikutan. Misalnya, ada teman yang setiap malam baca kitab atau mengulang pelajaran. Lama-lama, saya juga jadi ikut belajar, takut ketinggalan. Jadi, saya lihat teman-teman sebagai contoh yang baik."

Pernyataan siswa tersebut menunjukkan bagaimana perilaku positif teman-teman mereka memotivasi untuk belajar lebih giat. Hal ini sejalan dengan teori pembelajaran sosial dari Albert Bandura, yang menyatakan bahwa individu belajar melalui observasi dan meniru perilaku orang lain. Ketika seorang siswa melihat teman-temannya rajin belajar, membaca kitab, atau mengulang pelajaran setiap malam, mereka cenderung terdorong untuk meniru perilaku tersebut. Proses ini disebut sebagai modeling, di mana seseorang mengamati tindakan orang lain, menilai manfaatnya, dan kemudian mengadopsi perilaku yang serupa.

Dalam lingkungan pesantren, di mana interaksi antar siswa sangat intens, kesempatan untuk saling memengaruhi sangat tinggi. Siswa secara konsisten melihat teman-temannya sebagai model positif, yang mendorong mereka untuk melakukan hal yang sama demi mencapai hasil akademik yang lebih baik. Proses pengaruh ini berlangsung secara alami karena siswa cenderung tidak ingin tertinggal dari teman-temannya dan merasa terinspirasi oleh prestasi atau dedikasi orang lain. Dalam konteks ini, siswa saling memberi contoh positif, yang menjadi sumber motivasi intrinsik mereka untuk belajar lebih baik. Dengan melihat teman yang rajin, mereka mendapatkan dorongan untuk meningkatkan usahanya sendiri. Interaksi ini menunjukkan bahwa lingkungan sosial yang suportif, seperti di pesantren, memberikan ruang yang lebih besar untuk social learning, yang pada akhirnya meningkatkan motivasi dan prestasi akademik.

Ketiga, kompetisi yang sehat di antara teman sebaya juga merupakan salah satu cara penting dalam mendorong motivasi belajar. Kompetisi yang dimaksud bukan hanya berupa perlombaan akademik formal, tetapi juga motivasi internal untuk mencapai prestasi yang setara atau lebih baik dari teman. Wawancara juga menunjukkan bahwa kompetisi yang sehat antar teman sebaya menjadi salah satu faktor yang meningkatkan motivasi belajar. Siswa A menyebutkan:

"Kami di sini sering bersaing, tapi bukan persaingan yang buruk. Misalnya, siapa yang bisa hafal lebih cepat, atau siapa yang bisa mendapatkan nilai tertinggi di ujian. Tapi setelahnya kami saling mendukung dan mengingatkan, jadi persaingannya sehat."

Menurut Self-Determination Theory yang dikemukakan oleh Ryan dan Deci (2000), motivasi intrinsik seseorang tumbuh ketika mereka merasa kompeten, memiliki otonomi, dan merasa terhubung dengan lingkungan sosialnya. Dalam konteks pendidikan, termasuk di pesantren, siswa akan lebih termotivasi untuk belajar ketika mereka merasa dihargai dan kompeten dalam mencapai tujuan-tujuan akademis dan

sosial mereka. Di lingkungan pesantren, kompetisi sering kali terlihat dalam dorongan untuk mencapai prestasi akademis seperti mendapatkan nilai yang baik, menghafal pelajaran lebih cepat, atau menjadi yang terdepan dalam kegiatan belajar. Meskipun siswa berkompetisi satu sama lain, kompetisi ini biasanya tidak bersifat destruktif. Sebaliknya, siswa tetap menjaga hubungan sosial yang sehat dan mendukung. Mereka saling mendorong untuk maju, menciptakan suasana yang mendukung perkembangan kompetensi dan motivasi intrinsik.

Interaksi sosial yang positif dan konstruktif ini penting karena dapat memperkuat rasa keterhubungan siswa, salah satu elemen kunci dalam teori Self-Determination. Dalam suasana kompetitif yang sehat, siswa termotivasi bukan hanya karena keinginan untuk menjadi yang terbaik, tetapi juga karena adanya dorongan untuk berkembang bersama dengan teman-temannya. Kompetisi ini menjadi alat untuk meningkatkan kemampuan dan kepercayaan diri, tanpa menimbulkan perasaan terasing atau menjatuhkan orang lain. Maka, motivasi intrinsik dalam lingkungan pesantren dapat tumbuh subur melalui kompetisi sehat yang tidak hanya menekankan pada pencapaian individu tetapi juga pada dukungan sosial dan penghargaan terhadap usaha satu sama lain.

Namun, penting untuk dicatat bahwa meskipun dorongan langsung, contoh perilaku positif, dan kompetisi yang sehat dapat mendukung motivasi belajar, tidak semua interaksi teman sebaya berdampak positif. Tekanan dari kelompok teman sebaya yang negatif, seperti perilaku bullying atau rasa iri yang berlebihan, dapat merusak kesejahteraan mental siswa. Menurut penelitian Wardani (2020), tekanan negatif dari teman sebaya sering kali menyebabkan stres, kecemasan, dan menurunnya semangat belajar. Oleh karena itu, penting bagi lingkungan pondok pesantren untuk membangun mekanisme sosial yang mendukung interaksi sehat di antara siswa, sekaligus mengurangi potensi konflik atau pengaruh negatif.

Dari hasil diatas, jelas bahwa interaksi teman sebaya di Pondok Pesantren Daar el Syahid memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan mental dan motivasi belajar siswa. Dengan adanya dorongan positif, perilaku teladan, serta kompetisi yang sehat, siswa dapat meningkatkan prestasi akademiknya sekaligus menjaga kesejahteraan psikologis mereka. Hasil penelitian ini menekankan perlunya perhatian lebih terhadap bagaimana hubungan sosial antar siswa dapat dioptimalkan untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pertumbuhan mental dan akademis secara berimbang. Kebaruan dari hasil penelitian ini terletak pada analisis mendalam tentang peran interaksi teman sebaya dalam konteks pesantren, khususnya di Pondok Pesantren Daar el Syahid.

Penelitian ini menggabungkan dua aspek penting, yaitu kesehatan mental dan motivasi belajar siswa, yang secara simultan dipengaruhi oleh dinamika interaksi antar teman sebaya. Dalam lingkungan pesantren, di mana interaksi berlangsung intensif dan terus menerus, teman sebaya menjadi faktor penting dalam membentuk perilaku belajar dan kondisi psikologis siswa. Kebaruan lain adalah penekanan pada bagaimana teman sebaya tidak hanya menjadi sumber dukungan emosional dan sosial, tetapi juga berperan sebagai motivator intrinsik melalui dorongan langsung, contoh perilaku positif, dan kompetisi yang sehat. Penelitian ini memberikan wawasan baru dengan memfokuskan pada lingkungan pendidikan di pesantren, yang memiliki karakteristik unik dibandingkan sekolah umum. Pengaruh intensitas interaksi sosial yang tinggi di pesantren menjadi salah satu temuan penting yang membedakan penelitian ini dengan kajian serupa di lingkungan sekolah formal. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya berkontribusi pada pemahaman tentang hubungan teman sebaya, kesehatan

mental, dan motivasi belajar, tetapi juga memberikan implikasi praktis untuk memperkuat pola interaksi positif dalam konteks pendidikan pesantren.

CONCLUSION

Penelitian ini menunjukkan bahwa pola interaksi teman sebaya di Pondok Pesantren Daar el Syahid memiliki peran yang signifikan dalam mempengaruhi kesehatan mental dan motivasi belajar siswa. Teman sebaya dapat menjadi sumber dukungan emosional, teladan positif, dan motivator dalam persaingan akademik yang sehat. Dorongan langsung dari teman sebaya membantu siswa dalam menghadapi tekanan akademik, sementara contoh perilaku positif mendorong mereka untuk mengadopsi kebiasaan belajar yang baik. Selain itu, kompetisi sehat di antara teman sebaya menciptakan semangat untuk mencapai prestasi yang lebih baik tanpa mengorbankan hubungan sosial yang positif.

Namun, penelitian ini juga menegaskan bahwa interaksi teman sebaya tidak selalu berdampak positif. Tekanan dari kelompok teman yang bersifat negatif dapat menurunkan kesehatan mental dan motivasi belajar siswa, sehingga penting bagi lingkungan pesantren untuk mendukung interaksi yang sehat dan positif. Hasil penelitian ini memperjelas bahwa dengan menciptakan hubungan sosial yang mendukung, siswa tidak hanya dapat meningkatkan motivasi belajarnya tetapi juga menjaga kesejahteraan mental, yang secara keseluruhan akan mendukung kesuksesan akademis mereka. Dengan demikian, penelitian ini menekankan pentingnya peran interaksi sosial dalam konteks pendidikan, khususnya di pesantren, serta memberikan implikasi praktis untuk mengoptimalkan hubungan antar siswa sebagai bagian dari strategi pembelajaran yang lebih holistik dan mendukung kesejahteraan psikologis serta prestasi akademik siswa.

REFERENCES

- Agoes Salim, R. M., Istiasih, M. R., Rumalutur, N. A., & Biondi Situmorang, D. D. (2023). The role of career decision self-efficacy as a mediator of peer support on students' career adaptability. *Heliyon*, 9(4), e14911. <https://doi.org/10.1016/J.HELIYON.2023.E14911>
- Ahmadi, A., & Widodo, S. (2003). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bimayu, W., Kristiawan, M., Fitriani, Y., Negeri, S., & Rotan, S. (2020). The Effect of Emotional Intelligence, Student's Motivation toward Student's Achievement. *International Journal of Progressive Sciences and Technologies (IJPSAT)*, 20(1), 6-16.
- Cohen, S., & McKay, G. (2020). Social support, stress and the buffering hypothesis: A theoretical analysis. *Handbook of Psychology and Health, Volume IV: Social Psychological Aspects of Health*, 253-267. <https://doi.org/10.4324/9781003044307-10/SOCIAL-SUPPORT-STRESS-BUFFERING-HYPOTHESIS-THEORETICAL-ANALYSIS-SHELDON-COHEN-GARTH-MCKAY>
- Enayat, T., Mehrani Ardebili, M., Reyhani Kivi, R., Amjadi, B., & Jamali, Y. (2022). A computational approach to Homans Social Exchange Theory. *Physica A: Statistical Mechanics and Its Applications*, 597, 127263. <https://doi.org/10.1016/J.PHYSA.2022.127263>
- Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika*, 21(1), 33-54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>
- Hanapi, I., & Agung, I. M. (2018). Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Self Efficacy Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa. *Jurnal RAP UNP*, 9(1), 37-45.
- Jaenullah, Ferdian Utama, D. S. (2022). Resilience Model of the Traditional Islamic

- Boarding School Education System in Shaping the Morals of Student in theMidst of Modernizing Education. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian Dan Kajian Kepustakaan Di Bidang Pendidikan, Pengajaran Dan Pembelajaran*, 8(4), 931-942. <https://doi.org/https://doi.org/10.33394/jk.v8i4.6013>
- Jamal, N. A., Uyun, M., Isnaini, M., & Arjuni, M. (2023). Pengaruh Manajemen Lingkungan Belajar Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik. *Raudhah*, 8(April), 312-327.
- Karim, B. A. (2020). Teori Kepribadian dan Perbedaan Individu. *Education and Learning Journal*, 1(1), 40. <https://doi.org/10.33096/eljour.v1i1.45>
- Kristianto, H., Susetyo, A., Utama, F., Fitriyono, E. N., & Jannah, S. R. (2023). Education Unit Strategies in Increasing Students' Interest in Participating in Religious Extracurricular Activities at School. *Bulletin of Pedagogical Research*, 3(1), 38-47. <https://doi.org/10.51278/BPR.V3I1.611>
- Maria, I., & Amalia, E. (2018). *Perkembangan Aspek Sosial-Emosional dan Kegiatan Pembelajaran yang Sesuai untuk Anak Usia 4-6 Tahun*. 1(1), 1-15. Retrieved from <https://osf.io/preprints/p5gu8/>
- Murdiyanto, D. E. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif* (1st ed.). Lembaga Penelitian dan Pengabdian Pada Masyarakat UPN "Veteran" Yogyakarta Press.
- Nurul Fadhilah, & Mukhlis, A. M. A. (2021). Hubungan Lingkungan Keluarga, Interaksi Teman Sebaya Dan Kecerdasan Emosional Dengan Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan*, 22(1), 16-34. <https://doi.org/10.33830/jp.v22i1.940.2021>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*. Guilford Press. <https://doi.org/10.1521/978.14625/28806>
- Sethi, J., & Scales, P. C. (2020). Developmental relationships and school success: How teachers, parents, and friends affect educational outcomes and what actions students say matter most. *Contemporary Educational Psychology*, 63, 101904. <https://doi.org/10.1016/J.CEDPSYCH.2020.101904>
- Yudha, R. I. (2020). Pengaruh Dukungan Orang Tua, Teman Sebaya dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa. *MENDIDIK: Jurnal Kajian Pendidikan Dan Pengajaran*, 6(1), 49-58. <https://doi.org/10.30653/003.202061.105>
- Yusup, M., Marzani, M., Lubis, T., & Anggraeni, G. S. (2023). The Influence of Learning Attitudes and Motivation on Students' Learning Achievement. *JMKSP (Jurnal Manajemen, Kepemimpinan, Dan Supervisi Pendidikan)*, 8(1), 1-14. <https://doi.org/10.31851/JMKSP.V8I1.9844>
- Zakariyah, Z., Fauziyah, U., & Kholis, M. M. N. (2022). Strengthening the Value of Religious Moderation in Islamic Boarding Schools. *Tafkir: Interdisciplinary Journal of Islamic Education*, 3(1), 20-39. <https://doi.org/10.31538/TIJIE.V3I1.104>

Copyright Holder :

© Hawwa Nasywa Aqillah, Audesty Anggraeny Laurenza, Hilda Rosida (2024).

First Publication Right :

© International Journal on Advanced Science, Education, and Religion (IJoASER)

This article is under:

