

Konseling Kelompok Sebagai Strategi Peningkatan Adaptasi Santri Terhadap Homesickness

Akhmad Zaky Daffa Raihan¹, Rahmat Teras Febriyatna², Desi Erawati³, Nawali Akbar⁴

^{1,2,3,4}Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Palangkaraya
e-mail : akhmadzakydaffaraihan@gmail.com, siteras13@gmail.com

Abstrak

Homesickness merupakan fenomena psikologis yang umum dialami santri baru di pondok pesantren, ditandai dengan perasaan rindu, cemas, dan sedih berlebihan terhadap lingkungan asal. Kondisi ini, apabila tidak ditangani secara tepat, dapat menghambat proses adaptasi, menurunkan konsentrasi belajar, serta berdampak pada kesehatan mental santri. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan adaptasi santri baru dalam menghadapi homesickness melalui penerapan konseling kelompok. Metode pengabdian dilakukan melalui kajian literatur dan implementasi pendekatan konseling kelompok yang menekankan dinamika kelompok sebaya sebagai sarana dukungan psikososial. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa konseling kelompok mampu mengurangi perasaan terisolasi, menormalkan pengalaman homesickness, serta meningkatkan keterampilan coping santri. Melalui kegiatan berbagi pengalaman, restrukturasi kognitif, role-play, dan pelatihan keterampilan sosial, santri menunjukkan perubahan sikap yang lebih positif, terbentuknya relasi sosial baru, serta meningkatnya kesiapan beradaptasi dengan lingkungan pesantren. Kegiatan ini menegaskan bahwa konseling kelompok merupakan intervensi yang efektif dan aplikatif dalam layanan bimbingan dan konseling pesantren untuk mendukung adaptasi, kesejahteraan psikososial, dan keberhasilan belajar santri baru..

Kata Kunci: Konseling Kelompok, Homesickness, Adaptasi, Pondok Pesantren.

Abstract

Homesickness is a psychological phenomenon commonly experienced by new students in Islamic boarding schools, characterized by excessive feelings of longing, anxiety, and sadness toward their previous home environment. If not properly addressed, this condition can hinder the adaptation process, reduce learning concentration, and negatively affect students' mental health. This community service activity aims to enhance the adaptation abilities of new students in coping with homesickness through the implementation of group counseling. The method employed involves a literature review and the application of a group counseling approach that emphasizes peer group dynamics as a means of psychosocial support. The results indicate that group counseling effectively reduces feelings of isolation, normalizes experiences of homesickness, and improves students' coping skills. Through activities such as sharing experiences, cognitive restructuring, role-playing, and social skills training, students demonstrated more positive attitudes, the formation of new social relationships, and increased readiness to adapt to the boarding school environment. This activity confirms that group counseling is an effective and applicable intervention within guidance and counseling services in Islamic boarding schools to support adaptation, psychosocial well-being, and the academic success of new students..

Keywords: Group Counseling, Homesickness, Adaptation, Teachers, Islamic Boarding Schools.

1. PENDAHULUAN

Lingkungan pendidikan pesantren sebagai institusi yang lengkap, menempatkan santri dalam sistem kehidupan yang berbeda dan berbeda dari masyarakat umum. Salah satu karakteristik sistem pendidikan berasrama, atau *boarding school*, adalah bahwa siswa harus melalui proses transisi penting dalam hidup mereka (Susanto, 2020.). Mereka harus beradaptasi dengan kurikulum akademik dan keagamaan yang ketat, serta dengan norma sosial baru, hierarki budaya, jarak dari keluarga, dan tuntutan untuk cepat menjadi mandiri. Meskipun mengandung nilai-nilai luhur pembentukan karakter, transisi ini sering kali menjadi sumber stres yang menyebabkan munculnya berbagai masalah psikologis, dengan *homesickness* sebagai salah satu gejala yang paling umum dan mengganggu. Dalam konteks akademik, *Homesick* lebih dari sekadar kerinduan pribadi. Ia didefinisikan sebagai kondisi stress dan gangguan fungsional yang disebabkan oleh perpisahan dari lingkungan rumah dan orang yang dikasihi. Ini ditandai dengan pikiran obsesif tentang rumah, perasaan sedih, kecemasan, dan penarikan diri dari aktivitas dan

interaksi di lingkungan baru (Aulya dkk., 2022). Beberapa elemen, termasuk aturan yang ketat, perbedaan budaya antara lingkungan rumah dan pesantren, dan tekanan akademik yang tinggi, memperburuk kondisi ini di kalangan santri. Gejalanya dapat berupa kognitif, seperti kesulitan berkonsentrasi, membandingkan pesantren dengan rumah, atau afektif, seperti perasaan sedih, cemas, marah, atau kosong, atau bahkan somatik, seperti gangguan tidur, nafsu makan menurun, sakit perut, atau kepala.

Jika *homesickness* tidak dikelola dengan baik, dampak yang ditimbulkannya sangat beragam (Afrilia & Siregar, 2024.). Ia mengurangi keinginan untuk belajar dan konsentrasi, yang berdampak pada prestasi akademik. Pada ranah sosial, santri yang mengalami *homesickness* cenderung menarik diri, sulit menjalin pertemanan baru, dan sulit berintegrasi dengan komunitas pesantren. Pada tingkat psikologis, kondisi ini juga berpotensi menyebabkan masalah yang lebih serius seperti kecemasan berlebihan, gejala *depresif*, dan penurunan harga diri (Afrilia & Siregar, 2024). Dengan demikian, penting untuk menghindari fenomena *homesickness* karena dapat mengganggu tujuan utama pendidikan pesantren, yaitu membuat orang yang cerdas secara spiritual dan mental. Penanganan sebelumnya cenderung reaktif dan sporadis, dan biasanya bergantung pada pendekatan individual atau nasihat informal dari pengasuh. Meskipun pendekatan individu memiliki manfaat, mereka tidak luas, kuat, atau bertahan lama. Selain itu, metode ini seringkali tidak secara efektif memanfaatkan sumber daya pengobatan terbaik yang ada di pesantren, yaitu kelompok sebaya. Sebenarnya, santri hidup dalam komunitas yang menghadapi tantangan adaptasi yang sama, yang membuka peluang untuk *therapeutic alliance* dan *peer support* yang alami.

Konseling kelompok cocok dengan konteks sosiokultural pesantren dan merupakan respons strategis (Army & Muttaqin, 2025). Konseling kelompok secara sengaja memanfaatkan interaksi antar anggotanya sebagai cara untuk mencapai tujuan perubahan perilaku dan kesehatan psikologis. Berbagai faktor penyembuh (*curative factors*) bekerja sama dalam kelompok yang diatur dan dipandu oleh seorang konselor. Lingkungan koreksi yang efektif diciptakan oleh komponen seperti universalitas (menyadari bahwa orang lain menghadapi masalah serupa), kohesi (rasa memiliki dalam kelompok), altruisme (saling membantu), dan pengembangan keterampilan sosial. Konseling kelompok menawarkan mekanisme yang efektif untuk mengatasi *homesickness* santri. Sehingga santri tidak lagi menganggap perasaan rindu sebagai keanehan atau kelemahan, kelompok menjadi tempat untuk menormalisasinya. Mereka dapat belajar strategi koping dari sesama anggota melalui pengalaman berbagi. Strategi ini dapat membantu mereka beradaptasi dengan lebih baik. Selain itu, kelompok itu berfungsi sebagai replika kecil dari masyarakat pesantren, memungkinkan santri untuk mempelajari kemampuan komunikasi, kemandirian, dan pembentukan kepercayaan, yang merupakan keterampilan yang sangat penting untuk adaptasi sosial di masa depan.

Teknik kognitif-perilaku seperti *restrukturasi* kognitif untuk mengubah pandangan negatif tentang pesantren, permainan peran untuk meniru situasi sulit, dan pelatihan penyelesaian masalah (*problem-solving*) dapat digunakan untuk membuat dinamika kelompok lebih hidup (Army & Muttaqin, 2025). Artikel ini disusun untuk membahas peran konseling kelompok sebagai strategi intervensi yang mungkin untuk meningkatkan kemampuan adaptasi santri dalam menghadapi dan mengatasi *homesickness*. Kajian ini diharapkan dapat mengisi gap antara kebutuhan psikologis santri yang sebenarnya dan ketersediaan layanan konseling yang kontekstual dan efektif di pondok pesantren dengan melihat landasan teoretis, prosedur kerja, dan konsekuensi praktisnya.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan model studi kasus implementatif, yang berfokus pada penerapan dan evaluasi konseling kelompok sebagai upaya meningkatkan kemampuan adaptasi santri baru dalam menghadapi *homesickness*. Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh gambaran mendalam dan kontekstual

mengenai proses pelaksanaan, dinamika kelompok, serta perubahan psikososial santri dalam lingkungan pesantren secara alamiah dan holistik.

Pengabdian dilaksanakan di Pondok Pesantren Hidayatul Insan, Bandung, yang dipilih karena telah memiliki layanan orientasi santri baru berbasis konseling kelompok selama dua tahun terakhir. Kondisi ini memungkinkan pelaksanaan pengabdian berjalan secara terintegrasi dengan sistem pembinaan pesantren yang sudah ada. Sasaran kegiatan pengabdian terdiri atas enam santri baru yang dipilih secara purposif berdasarkan hasil skrining awal gejala homesickness kategori sedang hingga berat serta kesediaan mengikuti seluruh rangkaian kegiatan konseling kelompok. Selain santri, dua konselor pesantren dan satu wali asrama dilibatkan sebagai mitra pengabdian untuk mendukung pelaksanaan dan penguatan program.

Pengumpulan data pengabdian dilakukan melalui triangulasi teknik, meliputi:

1. Wawancara semi-terstruktur dengan santri, konselor, dan wali asrama untuk menggali pengalaman homesickness, persepsi terhadap proses konseling kelompok, serta perubahan yang dirasakan setelah kegiatan;
2. Observasi partisipan pasif selama empat sesi konseling kelompok guna mengamati dinamika interaksi, tingkat partisipasi, dan respons santri terhadap teknik konseling yang diterapkan;
3. Studi dokumentasi terhadap modul kegiatan, catatan konselor, serta hasil asesmen awal sebagai data pendukung dan validasi temuan lapangan.

Data hasil pengabdian dianalisis menggunakan analisis tematik model Braun dan Clarke, yang meliputi tahap pengenalan data, pengkodean awal, pencarian tema, peninjauan dan pemantapan tema, pendefinisian tema, serta penyusunan laporan hasil. Untuk menjaga kredibilitas, dilakukan triangulasi sumber dan teknik serta konfirmasi temuan awal kepada beberapa peserta. Seluruh kegiatan pengabdian dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etika, termasuk kerahasiaan data, persetujuan partisipan, dan kenyamanan sasaran kegiatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan dan refleksi terhadap data pengabdian yang terkumpul, dampak konseling kelompok terhadap adaptasi santri baru dapat dirangkum ke dalam empat tema utama yang saling berkaitan. Tema-tema ini menggambarkan proses perubahan psikososial santri selama mengikuti kegiatan konseling kelompok sebagai bagian dari layanan pendampingan di pesantren. Pada tahap awal kegiatan, santri menunjukkan narasi kesendirian dan isolasi emosional. Hasil wawancara awal mengindikasikan bahwa homesickness dipersepsikan sebagai beban pribadi yang memalukan dan sebaiknya disembunyikan. Sikap ini juga tercermin dari hasil observasi sesi pertama, yang menunjukkan posisi tubuh tertutup, kontak mata minimal, dan partisipasi yang rendah. Titik balik terjadi pada sesi kedua ketika salah satu santri mulai mengungkapkan pengalaman rindu rumah, yang kemudian diikuti oleh pengakuan serupa dari anggota lain. Proses ini memunculkan fenomena universalisasi, di mana santri menyadari bahwa pengalaman homesickness dialami secara kolektif. Validasi dari konselor dan kelompok menjadi fondasi penting dalam membangun kohesi kelompok, sejalan dengan faktor terapeutik konseling kelompok yang dikemukakan oleh Yalom dan Leszcz (Abdul Rashid Abdul Aziz dkk., 2023).



Gambar 1. Perkenalan dan Pemaparan materi mengenai *Homesick*

Seiring berjalannya sesi ketiga dan keempat, konseling kelompok berkembang menjadi sistem dukungan sosial yang aktif. Santri mulai saling berbagi strategi adaptif yang relevan dengan kehidupan pesantren, seperti aktivitas religius dan kebiasaan sosial yang bermakna. Strategi yang berasal dari sesama santri terbukti lebih mudah diterima dibandingkan arahan dari pihak otoritas, sebagaimana juga ditemukan dalam kajian Veronika dan Sugiarti (2021) terkait efektivitas validasi sebaya.



Gambar 2. Pengisian lembar kerja pasca Konseling

Selain itu, pelaksanaan role-play sebagai bagian dari pelatihan keterampilan sosial memberikan ruang aman bagi santri untuk melatih asertivitas dan komunikasi interpersonal. Observasi menunjukkan peningkatan partisipasi aktif santri dari sesi awal hingga sesi akhir, yang menandakan meningkatnya rasa percaya diri dan keterlibatan emosional.

Dampak kegiatan juga terlihat pada perubahan pola pikir santri terhadap lingkungan pesantren. Melalui pendampingan konselor, santri diajak mengidentifikasi dan mendiskusikan pikiran negatif yang muncul akibat homesickness. Proses ini mencerminkan penerapan restrukturisasi kognitif dalam konteks kelompok, di mana diskusi berfungsi sebagai ruang klarifikasi realitas bersama. Temuan ini sejalan dengan pandangan Corey bahwa kelompok dapat menjadi representasi sosial yang jujur bagi anggotanya dalam memahami diri dan lingkungan (Karnangsyah, 2023). Perubahan ini juga tampak pada lembar kerja refleksi santri, yang menunjukkan berkurangnya generalisasi negatif dan munculnya penilaian yang lebih seimbang.

Selain aspek kognitif dan sosial, konseling kelompok menjadi ruang aman untuk menyalurkan emosi yang selama ini terpendam dalam kehidupan pesantren. Penggunaan teknik katarsis terstruktur, seperti metafora dan penulisan reflektif, membantu santri mengekspresikan emosi secara lebih adaptif. Temuan ini mendukung kajian Veronika dan Sugiarti (2021) serta Faradila Putri Hartono (2024), yang menegaskan efektivitas pendekatan ekspresif dalam konseling kelompok remaja. Seiring berjalannya program, observasi juga menunjukkan penurunan keluhan distres somatik, seperti sakit kepala dan kelelahan.

Refleksi atas pelaksanaan pengabdian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok merupakan pendekatan yang aplikatif dan kontekstual dalam membantu santri baru menghadapi homesickness dan beradaptasi dengan kehidupan pesantren. Proses normalisasi pengalaman melalui dinamika kelompok terbukti penting dalam konteks budaya kolektivistik, di mana kegagalan untuk merasa menjadi bagian dari kelompok dapat memperberat tekanan psikologis santri (Abdul Rashid Abdul Aziz dkk., 2023). Temuan ini sejalan dengan kajian Arif tentang shock kultur santri baru, yang menekankan pentingnya rasa memiliki terhadap kelompok dalam menurunkan kecemasan adaptif.

Lebih lanjut, konseling kelompok berfungsi sebagai laboratorium sosial yang memungkinkan terjadinya pembelajaran melalui keteladanan sebaya (*vicarious learning*). Strategi adaptasi yang muncul dari pengalaman langsung santri lain terbukti lebih relevan dan kontekstual, sebagaimana juga ditegaskan oleh Veronika dan Sugiarti (2021). Hal ini mendukung temuan Jacobs et al. tentang pentingnya keterampilan hidup dalam konseling kelompok remaja, dengan

catatan bahwa keterampilan tersebut perlu disesuaikan dengan budaya dan kebiasaan sosial pesantren (Johan, 2024).

Integrasi pendekatan kognitif-perilaku dalam dinamika kelompok juga menunjukkan hasil yang positif. Diskusi kelompok memungkinkan proses restrukturisasi kognitif berlangsung secara kooperatif dan partisipatif, sehingga lebih mudah diterima oleh santri. Proses ini memperkuat pandangan bahwa kelompok tidak hanya menjadi wadah dukungan emosional, tetapi juga sarana pembelajaran psikososial yang efektif (Karnangsyah, 2023).

Tabel 1. Perbandingan *Homesickness* dan Motivasi Belajar Sebelum dan Sesudah Kegiatan

	Pretest (Rata-rata)	Posttest (Rata-rata)	Perubahan (%)
Homesickness	78,4	27,4	-65%
Motivasi Belajar	62,1	85,6	+37,8%

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini menegaskan bahwa konseling kelompok dapat dijadikan model layanan pendampingan berkelanjutan di pondok pesantren untuk mendukung adaptasi, kesejahteraan psikososial, dan kesiapan belajar santri baru.

Dalam pemaparan tersebut dijelaskan bahwa *homesick* merupakan perasaan rindu terhadap keluarga dan rumah yang sering dialami santri, terutama pada masa awal tinggal di pesantren. Pemateri mengajak santri untuk memahami bahwa perasaan ini adalah hal yang wajar, serta memberikan pemahaman tentang pentingnya saling berbagi, beradaptasi dengan lingkungan pesantren, dan memperkuat dukungan teman sebaya agar santri dapat merasa lebih nyaman, tenang, dan betah dalam menjalani kehidupan di pondok pesantren.

Setelah sesi konseling selesai, seorang konselor menunjukkan kepada anggota kelompok untuk mengisi lembar kerja. Tampak bahwa konselor dengan memberikan penjelasan tentang cara mengisi lembar kerja. Mereka juga menunjukkan bahwa kegiatan ini dilakukan untuk membantu orang berpikir tentang diri mereka sendiri dan meningkatkan pemahaman mereka tentang hasil konseling. Konselor membantu konseli menuliskan perasaan, pemikiran, dan rencana tindak lanjut mereka melalui arahan yang jelas dan lingkungan yang mendukung. Ini memungkinkan proses konseling berjalan secara terarah dan bermakna.

Sebagaimana dijelaskan dalam model *transaksional* stres dan *coping* Lazarus & Folkman (Obbarius, 2021), tanda utama adaptasi psikologis yang berhasil adalah pergeseran dari kerinduan yang tidak jelas menuju menemukan sumber dukungan mikro di lingkungan baru (Yanti Asmarani¹, Ros Mayasari², 2023). Keempat, hasil penelitian tentang pengendalian emosi melalui ekspresi simbolik menunjukkan betapa pentingnya elemen afektif dan *eksperiensial* dalam konseling kelompok bagi remaja. Pesantren seringkali membatasi kerentanan emosional dengan jadwal yang ketat dan fokus pada disiplin. Untuk proses itu, kelompok konseling memberikan "*time-out*" yang terlegitimasi. Teknik katarsis terstruktur, seperti menulis surat atau menggambar metafora, cocok dengan gaya komunikasi remaja yang kadang-kadang kesulitan mengungkapkan perasaan secara verbal. Ini mendukung pendapat Gunarsa bahwa intervensi untuk remaja harus mencakup media ekspresif.

Hasil kegiatan pengabdian ini memiliki implikasi yang signifikan bagi pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di lingkungan pesantren. Struktur konseling kelompok perlu dirancang secara sistematis agar mampu memfasilitasi mekanisme interaksi sebaya, dukungan emosional, dan pembelajaran sosial secara optimal. Dalam konteks ini, peran konselor lebih efektif jika diposisikan sebagai fasilitator yang berpengalaman, bukan semata-mata sebagai pendidik, sehingga dinamika kelompok dapat berkembang secara alami. Secara keseluruhan, konseling kelompok terbukti efektif sebagai proses sosial yang mendorong perubahan perilaku, kognitif, dan afektif secara simultan. Melalui konseling kelompok, kekuatan kolektif dapat dimanfaatkan untuk merekonstruksi makna *homesickness*, mengembangkan keterampilan adaptif, serta menumbuhkan narasi kebersamaan dari perasaan keterasingan menuju proses pertumbuhan bersama. Mekanisme inilah yang pada akhirnya mempercepat dan memperbaiki proses adaptasi santri baru dalam kehidupan pesantren.

4. KESIMPULAN

Konseling kelompok terbukti efektif sebagai intervensi kontekstual dalam membantu santri baru mengatasi homesickness di lingkungan pesantren. Melalui proses normalisasi dan validasi emosi, konseling kelompok mengurangi rasa keterasingan serta memperkuat dukungan sosial dan keterampilan koping yang dibutuhkan santri dalam proses adaptasi awal. Selain menurunkan gejala homesickness, konseling kelompok juga membangun fondasi psikososial yang mendukung keberfungsian santri secara berkelanjutan. Oleh karena itu, konseling kelompok dapat direkomendasikan sebagai strategi pendampingan yang aplikatif dan relevan dalam program pengabdian kepada masyarakat di lingkungan pesantren.

DAFTAR PUSTAKA

- abdul Rashid Abdul Aziz, Muhammad Nubli Abdul Wahab, Mohd Ropizam Mohd Zainun, Nor Hamizah Ab Razak, Norizan Yusof, & Rezki Perdani Sawai. (2023). Faktor Terapeutik Kaunseling Kelompok Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Kendiri: Therapeutic Factors Of Group Counseling In Improving Personal Well-Being. *International Journal Of Humanities Technology And Civilization*, 90-98. <https://doi.org/10.15282/Ijhtc.V8i2.9345>
- Afrilia, D., & Siregar, M. F. Z. (T.T.). *Pengaruh Homesickness Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Rantau*.
- Army, M. R., & Muttaqin, R. (T.T.). *Peran Pesantren Dalam Mengimplementasikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Komunikasi Edukatif*.
- Yanti Asmarani¹, Ros Mayasari². (2023). Dinamika Stres Santri Baru Di Pondok Pesantren Modern Al-Ikhlas Labunti Kecamatan Lasalepa Kabupaten Muna
- Aulya, A., Lubis, H., & Rasyid, M. (2022). Pengaruh Kerinduan Akan Rumah Dan Kelekatan Teman Sebaya Terhadap Stres Akademik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(2), 307. <https://doi.org/10.30872/Psikoborneo.V10i2.7558>
- Faradila Putri Hartono, Izura Rochma, Laili Fatimatuzzahro, Nabilla, S., & David Desmoon. (2024). Literature Review: Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif Sebagai Bentuk Katarsis Pada Individu Yang Mengalami Depresi Dan Kecemasan. *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi*, 6(2). <https://doi.org/10.37776/Jizp.V6i2.1397>
- Johan, B., Pratiwi, L. A., Prameswari, P., Fuhansyah, D. R., Safitri, H. N., & Riskon, R. (2024). Metode Konseling Kelompok Dalam Menumbuhkan Karakter Islam Pada Remaja. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Indonesia (Jppi)*, 4(3), 1127-1135. <https://doi.org/10.53299/Jppi.V4i3.578>
- Karnangsyah, E. (2023). Konseling Kelompok Eksistensial Therapy Dalam Perspektif Budaya Dan Etika. *Indonesian Journal Of Counseling And Development*, 5(2), 169-178. <https://doi.org/10.32939/Ijcd.V5i2.4409>
- Obbarius, N., Fischer, F., Liegl, G., Obbarius, A., & Rose, M. (2021). A Modified Version Of The Transactional Stress Concept According To Lazarus And Folkman Was Confirmed In A Psychosomatic Inpatient Sample. *Frontiers In Psychology*, 12, 584333. <https://doi.org/10.3389/Fpsyg.2021.584333>
- Pendidikan Pesantren [Susanto]*. (T.T).
- Udar, M. B. (T.T.). *Mengevaluasi Validitas Instrumen Dalam Penelitian Kualitatif: Metode Verifikasi Dan Implementasinya*.
- Veronika, N., & Sugiarti, R. (2021). Stres Akademik Yang Dimediasi Penyesuaian Diri Mahasiswa Keperawatan Pada Pembelajaran Klinik Secara Online. *Philanthropy: Journal Of Psychology*, 5(1), 73. <https://doi.org/10.26623/Philanthropy.V5i1.3301>