

ABSTRAK

Khairani Cipta Anggun Lestari (NIM 1171040022) : Pengaruh Tawakal terhadap Tingkat Stres Belajar pada Santri Pondok Pesantren Asy-Syatibiyyah Palabuhanratu

Dalam menjalani kegiatan pembelajaran, tidak jarang santri dihadapkan dengan berbagai tuntutan yang membuatnya merasa tertekan bahkan stres. Stres yang disebabkan oleh permasalahan dalam proses belajar disebut dengan stres belajar. Apalagi, jika santri tersebut merupakan pelajar di sekolah umum, maka ia memiliki dua tuntutan, seperti santri di Pondok Pesantren Asy-Syatibiyyah. Namun, para santri harus dapat bertahan dalam menghadapi berbagai tuntutan dalam menjalani usaha untuk meraih cita-cita yang diharapkannya. Dalam agama Islam, manusia diajarkan untuk berawakal dalam menjalani suatu hal. Tawakal adalah berserah diri atas segala urusan dan keputusan pada Allah SWT. setelah memaksialkan usaha.

Menurut pendapat Ibnu Qayim, seseorang yang bertawakal akan yakin akan kekuasaan Allah dan memiliki prangsangka yang baik kepadaNya, sehingga dalam menjalani hidup tidak akan mudah berputus asa, memiliki kekhawatiran dan kegelisahan yang berlebihan. Sedangkan, orang yang mengalami stres belajar sendiri menurut Hardajana, ia cenderung menjadi seseorang yang mudah marah, mudah menyerah, gelisah, dan cemas.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh tawakal terhadap tingkat stress santri di Pondok Pesantren Asy-Syatibiyyah Palabuhanratu. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan angket. Sumber data dalam penelitian ini terdiri dari 42 santri di Pondok Pesantren Asy-Syatibiyyah Palabuhanratu. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis deksriptif, analisis regresi linear sederhana, analisis korelasi *pearson*, dan analisis determinasi.

Hasil Penelitian ini didapatkan bahwa tingkat tawakal pada santri pondok pesantren Asy-Syatibiyyah Palabuhanratu didominasi pada tingkat sedang, yaitu 31 santri dengan persentase 73, 8% dan tingkat stres belajar yang didominasi pada tingkat sedang juga, yaitu 27 santri dengan persentase 64, 3% dari keseluruhan 42 santri. Berdasarkan hasil uji regresi linier sederhana dimana nilai signifikansi sebesar $0,02 < 0,05$ menunjukkan bahwa tawakal berpengaruh terhadap tingkat stres belajar, dengan hasil uji kolerasi $-0,463$ artinya hubungan kedua variabel negatif (berlawanan), dan hasil uji R^2 menunjukkan persentase pengaruh sebesar 21,5%. Kesimpulannya, terdapat pengaruh tawakal terhadap tingkat stres belajar pada santri pondok pesantren Asy-Syatibiyyah palabuhanratu, dimana semakin tinggi tingkat tawakal maka semakin rendah tingkat stres belajar atau sebaliknya.

Kata Kunci : *tawakal, stres belajar, santri*