

ABSTRAK

Nunung Novia Ramadini (1201040118), 2025: Pengaruh Tawakal Terhadap Stres Akademik (Studi Pada Siswa Kelas 12 SMA Karya Budi)

Dalam kehidupan akademis di Sekolah Menengah Atas (SMA), seorang siswa tidak dapat dipisahkan dengan problematika stres akademik yang dialami. Selama kehidupan akademik mereka, siswa menghadapi banyak tantangan, seperti perselisihan antar individu, masyarakat sosial, ekonomi, dan keluarga, serta pertanyaan tentang kewajiban dan tanggung jawab yang terkait dengan tugas yang diemban. Ini terutama berlaku untuk siswa di kelas dua belas yang sedang memasuki semester akhir. Tekanan terbesar dan tuntutan terbesar adalah untuk mencapai tujuan lulus dengan hasil yang baik dan dapat masuk ke universitas terkemuka. Siswa mungkin mengalami stres karena tujuan tersebut.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh tawakal terhadap stres akademik pada siswa kelas 12 SMA Karya Budi. Populasi subjek sebanyak 191 siswa dan sampel pada penelitian ini berjumlah 66 siswa. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode regresi linear sederhana dan data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang disebarluaskan melalui *Google Form*.

Teknik analisis data menggunakan uji instrument (uji validitas dan reabilitas), uji asumsi (uji normalitas dan linearitas), dan uji hipotesis (uji koefisien determinasi dan uji regresi linear sederhana) dengan menggunakan *software IBM SPSS 30*.

Hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tawakal pada siswa kelas 12 SMA Karya Budi menunjukkan berada pada tingkat sedang, sebanyak 30 subjek dengan presentase 45,5%. Kemudian, untuk stres akademik berada pada tingkat tinggi, sebanyak 50 subjek dengan presentase 75,8%. Hasil yang diperoleh dari penelitian menunjukkan bahwa tawakal dengan stres akademik saling berhubungan secara signifikan dengan diperolehnya nilai signifikansi 0,002 ($p = < 0,05$). Maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya tawakal yang dimiliki oleh siswa kelas 12 SMA Karya Budi berhubungan positif dengan stres akademik mereka. Dan hasil uji determinasi didapatkan hasil bahwa R^2 sebesar 0,032. Artinya variabel tawakal (X) memiliki pengaruh terhadap stres akademik sebesar 3,2%, sedangkan 96,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, meskipun hanya memberikan kontribusi pengaruh yang kecil, tawakal tetap dapat menjadi salah satu strategi dalam mengelola stres akademik.

Kata Kunci: Siswa, Stres Akademik, Tawakal