

ABSTRAK

Muhammad Sidiq Imam Rassidy (1201040104), 2025: Hubungan Antara Tawakal Dengan Kecemasan (Studi Kasus Kepada Siswa Kelas 12 di SMK Merdeka Kota Bandung)

Dalam kehidupan akademis di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), siswa kelas 12 SMK berada pada fase perkembangan yang penuh tuntutan dan ketidakpastian, terutama menjelang kelulusan dan penentuan pilihan masa depan, sehingga mereka rentan mengalami kecemasan baik dalam aspek psikis maupun somatik. Berbagai tekanan akademik, seperti persiapan ujian, praktik kerja lapangan dan kekhawatiran mengenai dunia kerja, kerap memunculkan ketegangan emosional yang dapat mengganggu fokus belajar serta kesejahteraan psikologis mereka. Jika tidak dikelola dengan baik, kecemasan ini bisa memengaruhi kesehatan mental mereka. Salah satu cara untuk mengurangi kecemasan adalah dengan mengembangkan sikap tawakal, yaitu menyerahkan diri kepada Allah SWT setelah berusaha sebaik mungkin. Kemampuan untuk bertawakal yang mencakup keyakinan kepada Allah SWT, ketenangan hati terhadap hasil, serta konsistensi dalam ibadah dipandang sebagai faktor religius yang berpotensi membantu siswa dalam mereduksi kecemasan yang muncul.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat tawakal siswa kelas 12, gambaran tingkat kecemasan pada siswa kelas 12 serta hubungan antara tawakal dan kecemasan pada siswa kelas 12 di Sekolah Menengah Kejuruan Merdeka Kota Bandung.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Sampel dalam penelitian terdiri dari 65 siswa yang dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Alat ukur dalam penelitian ini adalah angket yang berupa skala tawakal dan skala kecemasan yang telah diuji untuk validitas dan reliabilitasnya.

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas 12 Sekolah Menengah Kejuruan Merdeka Kota Bandung memiliki tingkat tawakal yang sedang (69,23%) dan kecemasan dalam kategori tinggi (55,38%). Hasil dari uji korelasi *Pearson* mengindikasikan adanya hubungan negatif yang sangat kuat dan signifikan antara tawakal dan kecemasan ($r = -0,892$; $p = 0,001$) yang mana bahwa semakin tinggi tingkat tawakal maka akan semakin rendah tingkat kecemasan pada siswa kelas 12 di SMK Merdeka Kota Bandung, begitu juga sebaliknya semakin rendah tingkat tawakal maka semakin tinggi tingkat kecemasan.

Kata Kunci: Tawakal, Kecemasan, Siswa