

ABSTRAK

Muhammad Ihsanul Amal (NIM. 1201040099) 2026: HUBUNGAN TAWADHU DAN MINDFULNESS PADA REMAJA (Studi Korelasional Pada Remaja Masjid GEMMA Nurul Ikhwan Rancaekek)

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh permasalahan psikologis pada masa remaja yang ditandai dengan instabilitas emosi dan egosentrisme yang tinggi, sehingga memerlukan mekanisme pengendalian diri yang baik berupa nilai akhlak (*tawadhu*) dan kesehatan mental (*mindfulness*). Meskipun lingkungan remaja masjid menjadi wadah pembinaan karakter, penelitian empiris mengenai keterkaitan kedua variabel tersebut pada konteks ini masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran sikap *tawadhu* dan *mindfulness*, serta menganalisis hubungan antara kedua variabel tersebut pada remaja masjid. Kerangka berpikir penelitian ini didasarkan pada asumsi bahwa kualitas *mindfulness* (atensi dan kesadaran penuh terhadap saat ini) dapat mendukung individu untuk tidak terjebak pada perilaku otomatis dan egosentris, yang selaras dengan karakteristik *tawadhu*. Berdasarkan hal tersebut, diajukan hipotesis bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap *tawadhu* dan *mindfulness*. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Subjek penelitian adalah anggota aktif Remaja Masjid GEMMA Nurul Ikhwan Rancaekek sebanyak 60 orang yang ditentukan melalui teknik *total sampling* (sensus). Pengumpulan data menggunakan *Indonesian Tawadhu Scale* (ITS) dan *Mindful Attention Awareness Scale* (MAAS), sedangkan analisis data menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja memiliki sikap *tawadhu* pada kategori tinggi (93,3%) dan tingkat *mindfulness* pada kategori sedang (50%). Hasil uji hipotesis membuktikan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara sikap *tawadhu* dan *mindfulness* dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,280 dan nilai signifikansi (p) 0,030. Hal ini menyimpulkan bahwa semakin tinggi sikap *tawadhu*, semakin tinggi pula tingkat *mindfulness* yang dimiliki remaja. Penelitian ini memberikan implikasi bahwa penguatan *mindfulness* dapat menjadi salah satu pendekatan psikologis yang mendukung pembinaan akhlak *tawadhu* dalam lingkungan remaja masjid.

Kata kunci: *Tawadhu*, *Mindfulness*, Remaja Masjid