

ABSTRAK

Rizki Alpiani Mulyani (1171040206), 2021: *Pengaruh Tawakal Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Program Beasiswa Santri Berprestasi (PBSB) (Studi pada Mahasiswa Program Beasiswa Santri Berprestasi UIN Sunan Gunung Djati Bandung)*

Dalam menempuh pendidikan di bangku kuliah, tuntutan yang diberikan tentu berbeda dengan yang dirasakan oleh mahasiswa PBSB saat mengenyam pendidikan di sekolah. Perbedaan ini mengharuskan mahasiswa untuk melakukan penyesuaian diri dengan metode belajar, lingkungan kampus, persaingan yang lebih luas, serta tugas yang lebih sulit. Sebagian mahasiswa akan menjadikan tantangan ini sebagai motivasi untuk menyelesaikan tugas yang diberikan, namun tidak jarang pula tekanan yang dirasakan mahasiswa ini menyebabkan reaksi yang buruk hingga menyebabkan lahirnya stres akademik. Dalam mengatasi stres akademik, banyak cara yang dapat dilakukan, salah satunya adalah dengan menerapkan tawakal. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian terkait pengaruh tawakal terhadap stres akademik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh Tawakal terhadap stres akademik pada mahasiswa PBSB UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan metode penelitian asosiatif kausal untuk mencari pengaruh variabel X (tawakal) terhadap variabel Y (stres akademik). Teknik pengumpulan data yang dilakukan adalah dengan menyebarkan angket kepada subjek penelitian, yaitu mahasiswa PBSB UIN Sunan Gunung Djati Bandung sebanyak 58 orang. Pengolahan data dalam penelitian ini dibantu dengan aplikasi statistika IBM SPSS 21. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi linear sederhana.

Dengan penelitian yang telah dilakukan, menghasilkan kesimpulan bahwa sebanyak 46 orang atau dengan persentase 79,3% memiliki tingkat tawakal yang tinggi. selain itu, sebanyak 48 orang atau sebanyak 82,8% memiliki tingkat stres akademik sedang. Dengan analisis yang dilakukan melalui regresi linear sederhana, didapatkan hasil nilai sebesar $-5,082$ yang berarti semakin tinggi tawakal yang diterapkan mahasiswa, maka semakin rendah stres akademik. Adapun nilai determinasi koefisien menunjukkan bahwa tawakal berpengaruh sebesar 31,6% terhadap stres akademik, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang telah diajukan diterima. Kesimpulannya bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari Tawakal terhadap stres akademik mahasiswa PBSB UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Kata kunci: Tawakal, Mahasiswa, PBSB, Stres akademik.