

ABSTRAK

NADILA NUR KARIMAH. 2024: *Pengaruh Stres Akademik Terhadap Academic Burnout Pada Santri Di Pondok Pesantren Hm-Al-Mahrusiyah Putri Lirboyo Kediri*, Psikologi Islam, Dakwah, UIT Lirboyo Kediri, Dosen Pembimbing Dr. Abdullah Haq Al Haidary, M.Ag

Kata Kunci: Stres Akademik, *Academic Burnout*

Stres akademik adalah stres yang muncul karena adanya tekanan-tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat, sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan, Stres terjadi apabila adanya ketidak seimbangan antara tuntutan dan kemampuan artinya, stres yang dialami oleh siswa berbakat erat kaitannya dengan sumber stres. Jika siswa berbakat memiliki kemampuan untuk memenuhi tuntutan lingkungan maka stres akan dikelola secara positif. Sebaliknya jika siswa berbakat merasa bahwa dirinya lemah dan tidak mampu untuk memenuhi tuntutan lingkungan maka stres akan berdampak negatif, seperti terjadinya *academic burnout*, Adapun penyebab dari stres akademik dan *academic burnout* juga bisa disebabkan oleh dikarenakan kurangnya keterampilan manajemen waktu dan lain sebagainya.

Dari uraian di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut (1) Bagaimana tingkat stres akademik di pondok pesantren Al-Mahrusiyah II Lirboyo Kediri? (2) Bagaimana tingkat *academic burnout* di pondok pesantren Al-Mahrusiyah II Lirboyo Kediri? (3) Apakah ada pengaruh stres akademik terhadap *academic burnout* di pondok pesantren Al-Mahrusiyah II Lirboyo Kediri?

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Ada pun pembahasannya bersifat teoritis dan empirik disertai dengan memberikan analisa sesuai dengan yang ada. Dengan jumlah sampel 82 santri dan pelaksanaan penelitian ini di Pondok Pesantren Hm-Al-Mahrusiyah Putri Lirboyo Kediri yang mana populasinya merupakan santri putri Al Mahrusiyah II, Pengumpulan data menggunakan wawancara dan angket. Sedangkan teknik analisis data menggunakan rumus regresi linear dengan menggunakan bantuan komputer Program *SPSS.16 for Windows*.

Hasil penelitian yaitu: (1) Tingkat stres akademik Pada Santri berada pada kategori sedang dengan presentase sebesar 80,5%. (2) Tingkat *academic burnout* Pada Santri berada pada kategori sedang dengan presentase sebesar 92,7%. (3) Terdapat pengaruh yang signifikan pada stres akademik terhadap *academic burnout* yang terjadi pada santri yang berada di pondok pesantren Al-Mahrusiyah II. Hal ini dibuktikan bahwa Hasil analisis regresi linier menunjukkan koefisien antara stres akademik dan tingkat burnout pada santri ($0.000^b < 0.05$). Dengan demikian, Terdapat pengaruh yang signifikan pada

stres akademik terhadap *academic burnout* yang terjadi pada santri yang berada di pondok pesantren Al-Mahrusiyah II Lirboyo Kediri.



ABSTRACT

NADILA NUR KARIMAH. 2024: The Effect of Academic Stres on *academik burnout* in Santri at the Hm-Al-Mahrusiyah Putri Lirboyo Kediri Islamic Boarding School, Islamic Psychology, Da'wah, UIT Lirboyo Kediri, Supervisor Dr. Abdullah Haq Al Haidary, M.Ag

Keywords: Academic Stres, *Academik burnout*

Academic stress is stress that arises because of the pressure to demonstrate achievement and excellence in conditions of increasing academic competition, so that they are increasingly burdened by various pressures and demands. Stress occurs when there is an imbalance between demands and abilities, meaning, the stress experienced by Gifted students are closely related to sources of stress. If gifted students have the ability to meet environmental demands then stress will be managed positively. On the other hand, if talented students feel that they are weak and unable to meet environmental demands, stress will have a negative impact, such as *academik burnout*. The causes of academic stress and *academik burnout* can also be caused by a lack of time management skills and so forth.

From the description above, the research problem can be formulated as follows (1) What is the level of academic stress at the Al-Mahrusiyah II Lirboyo Kediri Islamic boarding school? (2) What is the *academik burnout* level at the Al- Mahrusiyah II Lirboyo Kediri Islamic boarding school? (3) Is there an influence of academic stress on *academik burnout* at the Al-Mahrusiyah II Lirboyo Kediri Islamic boarding school?

This research is quantitative research. There are also theoretical and empirical discussions accompanied by providing analysis according to what is available. With a sample size of 82 female students and the implementation of this research at the Hm-Al-Mahrusiyah Putri Lirboyo Kediri Islamic Boarding School, where the population is Al Mahrusiyah II female students, data collection used interviews and questionnaires. Meanwhile, the data analysis technique uses a linear regression formula using the SPSS.16 for Windows computer program.

The research results are: (1) The level of academic stress among students is in the medium category with a percentage of 80.5%. (2) The *academik burnout* level among students is in the medium category with a percentage of 92.7%. (3)

There is a significant influence on academic stress on *academic burnout* that occurs in students at the Al-Mahrusiyah II Islamic boarding school. This is proven by the results of the linear regression analysis showing a coefficient between academic stress and the level of burout among students ($0.000b < 0.05$). Thus, there is a significant influence on academic stress on *academic burnout* that occurs in students at the Al-Mahrusiyah II Lirboyo Kediri Islamic boarding school.

