

ABSTRAK

Skripsi dengan judul “Strategi *Coping Stress* Santri Penghafal Al-Quran Di SMK Aswaja”, Ditulis oleh Vicki Amayasari, NIM 126306201017, Dosen pembimbing Prof. Hj. Elfi Mua’wanah, S. Ag. M.Pd. Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Jurusan Dakwah, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, Tahun 2024

Abstrak:

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjelaskan mengenai faktor penyebab stress pada santri dan strategi *coping stress* yang dilakukan dalam menghadapi permasalahan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu wawancara, observasi dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan teknik deskriptif melalui tahapan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Subjek dalam penelitian berjumlah tiga orang yang terdiri dari satu subjek utama dan dua subjek pendukung. Keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan triangulasi sumber.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor penyebab stres yang dialami santri ini berasal dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal tersebut berasal dari diri santri sedangkan faktor eksternal bersumber dari lingkungan akademik, permasalahan keluarga, dan permasalahan pertemanan. Strategi *coping stress* yang dilakukan oleh santri berorientasi pada *problem focused* adalah menggunakan *seeking social support*. Kemudian pada *emotion focused*, santri menggunakan *positive reappraisal*, *accepting responsibility*, *self controlling* dan *distancing*. Dengan demikian santri melakukan strategi *coping stress* terhadap permasalahan yang dialaminya dengan menggunakan strategi *coping stress* yang berfokus pada aspek emosi.

Kata Kunci: Strategi *coping stress*, *coping stress*, santri

ABSTRACT

Thesis with the title "Stress Coping Strategy of Al-Quran Memorizing Santri at Aswaja Vocational School", written by Vicki Amayasari, NIM 126306201017, supervisor Prof. Hj. Elfi Mua'wanah, S. Ag. M.Pd. Islamic Counseling Guidance Study Program, Department of Da'wah, Faculty of Ushuluddin Adab and Da'wah, Sayyid Ali Rahmatullah State Islamic University Tulungagung, Year 2024

Abstract:

The purpose of this study is to explain the factors that cause stress in students and stress coping strategies carried out in dealing with problems. This research uses a qualitative method with a case study approach. The data collection techniques used are interviews, observation and documentation. The data analysis technique used in this research is using descriptive techniques through the stages of data reduction, data presentation and conclusion drawing. The subjects in the study amounted to three people consisting of one main subject and two supporting subjects. Data validity in this study uses triangulation of sources.

The results showed that the factors that cause stress experienced by students come from internal factors and external factors. The internal factors come from the students themselves while the external factors come from the academic environment, family problems, and friendship problems. The stress coping strategy carried out by problem-focused students is to use seeking social support. Then on emotion focused, students use positive reappraisal, accepting responsibility, self controlling and distancing. Thus, students carry out stress coping strategies for the problems they experience by using stress coping strategies that focus on emotional aspects.

Keywords: Stress coping strategies, stress coping, santri.

ملخص البحث

رسالة بعنوان "استراتيجيات التغلب على التوتر للطلاب الذين يحفظون القرآن الكريم في مدرسة أسواجا المهنية"، كتبها فيكي أماياساري، رقم الطالبة ١٠١٧٠٦٢٠١٢٦٣، المشرف، أ. هج. إلفي معاونة، س. آغ. دكتوراه في الطب. برنامج دراسة الإرشاد الإسلامي قسم الدعوة كلية أصول الدين الآداب والدعوة جامعة السيد علي رحمة الله الإسلامية الحكومية تولونج أجونج ٢٠٢٤

خلاصة:

الغرض من هذه الدراسة هو شرح العوامل المسببة للضغط النفسي لدى السانترى واستراتيجيات التعامل مع الضغوط التي يتم تنفيذها في التعامل مع المشاكل. ويستخدم هذا البحث أسلوباً نوعياً مع نهج دراسة الحالة. أما تقنيات جمع البيانات المستخدمة فهي المقابلات والملاحظة والتوثيق. أما أسلوب تحليل البيانات المستخدم في هذا البحث فيستخدم التقنيات الوصفية من خلال مراحل اختزال البيانات وعرض البيانات واستخلاص النتائج. وكان الأشخاص الذين شملتهم الدراسة ثلاثة أشخاص يتألفون من موضوع رئيسي واحد وموضوعين مساندين. وتستخدم صحة البيانات في هذه الدراسة أسلوب تثليث المصادر

أظهرت النتائج أن العوامل المسببة للتوتر الذي يعاني منه الطلاب تأتي من عوامل داخلية وعوامل خارجية. وتأتي العوامل الداخلية من الطلبة أنفسهم بينما تأتي العوامل الخارجية من البيئة الأكاديمية والمشاكل الأسرية ومشاكل الصداقة. وتتمثل استراتيجية التكيف مع الضغوطات التي ينفذها الطلاب الذين يركزون على المشاكل في استخدام البحث عن الدعم الاجتماعي. ثم فيما يتعلق بالتركيز على المشاعر، يستخدم الطلاب إعادة التقييم الإيجابي، وتقبل المسؤولية، والسيطرة على الذات، والتباعد. وهكذا، ينفذ الطلاب استراتيجيات التكيف مع الضغوط للمشاكل التي يواجهونها باستخدام استراتيجيات التكيف مع الضغوط التي تركز على الجوانب العاطفية.

الكلمات المفتاحية: استراتيجيات التكيف مع الضغوط، والتكيف مع الضغوط، وسانترى