

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Seiring berkembangnya zaman dan teknologi, lembaga pendidikan selalu berusaha menyelaraskan mutunya dengan kebutuhan-kebutuhan siswa yang semakin hari semakin menuntut akan kecakapan yang ingin diraih dari lembaga pendidikan dimana ia mengenyam pendidikan. Terlebih era sekarang, generasi z berlomba-lomba ingin meningkatkan kemampuan yang ada dalam dirinya terutama pada bidang *soft skill*. Pada umumnya pesantren hanya menerapkan pembelajaran yang berbasis keagamaan saja, kini pesantren mengalami banyak perubahan pada sistem pendidikan yang dikelolanya. Sebagian pesantren telah banyak menerapkan kegiatan yang dapat mengasah *soft skills* para santrinya baik di bidang peternakan, perkebunan, IT, dll. Sebagaimana menurut Fahham (2020) bahwa kini banyak sekali pesantren yang menyusun kurikulumnya sendiri dengan menggabungkan beberapa ilmu-ilmu umum seperti matematika, sains, ilmu pengetahuan sosial, pendidikan kewarganegaraan dan lain sebagainya layaknya institusi sekolah lainnya.

Sampai akhir abad-20, sistem pendidikan pesantren terus mengalami perkembangan. Sebagaimana menurut Rosyid (2020), pesantren tidak lagi hanya mengajarkan ilmu-ilmu agama tetapi juga ilmu-ilmu umum seperti pesantren yang menerapkan IPTEK. Selain penerapan IPTEK, tidak sedikit pula pesantren yang memasukkan program menghafal Al-Qur'an untuk santrinya, terlebih karena semakin meluasnya para penghafal Al-Qur'an di kalangan masyarakat membuat para orang tua berkeinginan untuk menyekolahkan anaknya di pesantren yang berbasis menghafal atau Tahfidz Al-Qur'an. Salah satu pesantren yang memiliki program menghafal Al-Qur'an bagi santrinya adalah pondok pesantren Al-Amien Prenduan yang terletak di Sumenep Madura khususnya lembaga Ma'had Tahfidz Al-Qur'an. Pondok pesantren Ma'had Tahfidz Al-Qur'an Al-Amien Prenduan merupakan pesantren yang memadukan IPTEK (Ilmu Pendidikan dan Teknologi),

IMTAQ (Iman dan Taqwa), serta nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an secara beriringan pada program pembelajarannya (Al-Amien, 2022).

Berfokus pada upaya *tafaqquh fiddin*, program pendidikan pondok pesantren Al-Amien Prenduan dilakukan secara terpadu dalam bentuk *core and integrated curriculum*, jadi tidak hanya berafiliasi pada IPTEK saja atau menghafal Al-Qur'an saja melainkan juga berafiliasi pada berbagai macam ilmu, teori dan praktik yang meliputi semua *life skill* (Al-Amien, 2022). Pesantren Al-Amien yang berada di Prenduan khususnya lembaga Ma'had Tahfidz Al-Qur'an mewajibkan para santrinya untuk menjalankan masa pengabdian selama 1 tahun setelah menyelesaikan studi jenjang Aliyah atau setara SMA baik itu di dalam maupun di luar lembaga Al-Amien, dari para pengabdian tersebutlah pondok pesantren Al-Amien Prenduan dapat mengoptimalkan fungsi SDM melalui peran santri pengabdian (WARKAT, 2020). Adapun santri pengabdian diberi kesempatan untuk melanjutkan berkuliah di lembaga perguruan tinggi milik Al-Amien yang dikenal sebagai Institut Dirosat Islamiyah Al-Amien (IDIA). Hak istimewa tersebut diberikan dalam upaya menyeimbangkan pendidikan dalam menjalani masa pengabdian. Program plus adalah program strata 1 yang secara khusus disediakan bagi para pengabdian yang berstatus sebagai tenaga edukatif di lembaga yang berada di bawah naungan yayasan Al-Amien Prenduan, karena disamping berkuliah mahasiswa/mahasiswi ini juga menjalankan tugas pengabdian di lembaga Al-Amien dengan sebutan mahasantri pengabdian (IDIA, 2022).

Mahasiswa pengabdian memiliki kewajiban mengikuti aturan selayaknya santri pada umumnya, hanya saja tugas yang diemban bertambah yakni sebagai operasional pondok yang berkoordinasi langsung dengan jajaran nyai dan kyai sehingga mahasantri pengabdian di pesantren dijuluki ustadz/ustadzah atau disebut sebagai guru pengabdian. Tujuan dari diberlakukannya ketentuan wajib mengabdikan tersebut yakni untuk mendukung para alumni yang berada pada masa dewasa awal untuk menjalankan peran ganda sehingga menjadi kader-kader islami yang tangguh di tengah masyarakat sosial. Sebagaimana hal tersebut sejalan

dengan misi pesantren Al-Amien yakni mempersiapkan individu yang unggul dan berkualitas menuju terbentuknya *khoiru ummah*, serta mencetak kader-kader *mundzirul qoum* yang *mutafaqquh fiddien* (Al-Amien, 2022). Santri yang mengabdikan sambil berkuliah dituntut harus melaksanakan seluruh tugas pengabdian yang diwajibkan terhadapnya, disamping itu mereka juga harus melaksanakan kewajibannya sebagai mahasiswa. Mereka dituntut agar mampu beradaptasi dengan baik dalam menjalankan peran gandanya sebagai mahasiswa dan pengabdian. Singkatnya, tanggung jawab sebagai mahasiswa serta santri pengabdian secara beriringan harus dilaksanakan sebaik mungkin tanpa ada salah satu yang disepelekan.

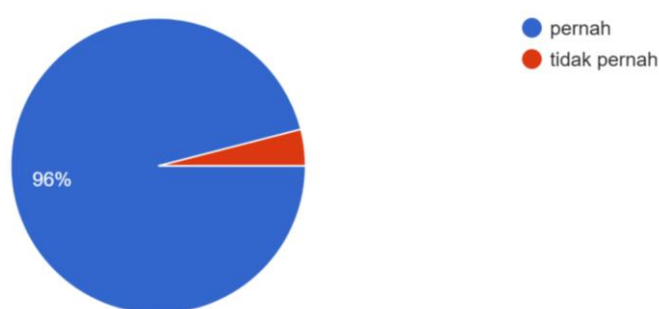
Selain itu, umumnya usia mahasantri pengabdian berada pada rentang usia 18-22 tahun dimana usia tersebut tergolong pada usia dewasa awal. Sebagaimana menurut Santrock (2019) bahwa masa dewasa awal adalah masa transisi dari usia remaja menuju dewasa yakni dari rentang usia 18 hingga usia 25 tahun. Tugas-tugas perkembangan usia dewasa awal juga telah mengalami perubahan, baik perkembangan fisik maupun psikologisnya. Menurut Papalia (2015) kematangan psikologis yang terbentuk pada masa peralihan dari masa remaja ke masa dewasa awal yakni individu sudah mulai mengeksplorasi diri, mulai hidup terpisah dari orang tua, mulai membentuk suatu hubungan, mulai mengambil keputusan sendiri, serta mengembangkan system serta nilai-nilai yang telah ia dapatkan dari pengalaman sebelumnya untuk dapat memetakan diri ke arah yang lebih positif lagi. Periode ini adalah periode yang berbeda dari rentang perjalanan hidup seseorang, karena pada masa ini seseorang sudah bukan lagi remaja namun belum menyesuaikan diri dengan peran orang dewasa dan belum sepenuhnya dapat dikatakan sebagai orang dewasa. Oleh karena itu, tidak sedikit individu pada masa ini mengalami konflik psikologis dalam dirinya. Sebagaimana Hurlock (1999) menandai bahwa usia dewasa awal diantaranya merupakan masa ketegangan emosional karena seringkali berada pada posisi tertekan akan kekhawatiran, ketakutan, serta ketergantungan yang berorientasi pada lembaga dimana individu terikat.

Banyak orang dewasa awal yang memiliki optimisme tentang masa depan mereka, namun banyak pula individu dewasa awal yang mengalami masa-masa sulit saat tumbuh dewasa sehingga mereka yang tidak mampu mengolah dan mengelola permasalahan-permasalahan dalam hidupnya cenderung melahirkan emosi serta perilaku negatif pula dalam dirinya (Santrock, 2019). Pada hakikatnya, tidak semua mahasiswa pengabdian mampu beradaptasi dengan baik tanpa hambatan. Berbagai kendala dan kesulitan yang dialami menjadi faktor pemicu tekanan atau stres bagi mahasiswa pengabdian. Sebagaimana pada penelitian yang dilakukan Atsniyah dan Ratna (2019) diketahui bahwa subjek yang merupakan mahasiswa sekaligus mahasiswa mengalami berbagai kendala dalam menjalani peran gandanya tersebut, sehingga seringkali hal tersebut membuat subjek mengalami stres. Banyaknya tuntutan agar dapat beradaptasi dengan adanya perubahan peran serta tanggung jawab merupakan salah satu stressor bagi santri di pondok pesantren (Rusdi dan Subandi, 2019). Widaputri (2020) Menemukan beberapa masalah pada mahasiswa pengabdian yang melibatkan tanggung jawab pribadi dan sosial antara lain; menjadi seorang mahasiswa, mengajar santri, menjalankan tugas-tugas pondok.

Santrock (2019) menyebutkan bahwa beberapa studi menunjukkan peran seseorang sebagai mahasiswa cenderung memiliki tingkat stres yang semakin tinggi, hal itu karena pada peran mahasiswa seringkali merasa putus asa, merasa kewalahan dengan apa yang harus dilakukan, merasa lelah secara mental, merasa sedih, sehingga tak jarang pula mengalami depresi. Selain itu, pada mahasiswa pengabdian di pesantren Ma'had Tahfidz Al-Qur'an tentunya memiliki potensi mengalami stres dibandingkan mahasiswa biasa pada umumnya karena mereka lebih banyak melibatkan tenaga, mental dan pikiran, serta materi dalam menjalankan kewajiban dalam bidang akademik sebagai mahasiswa dan tugas pengabdian sebaik-baiknya. Sebagaimana penelitian oleh Furr dan Elling (2000) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang bekerja berpotensi memiliki tingkat stres yang tinggi dibandingkan mahasiswa yang tidak terlibat pada tanggung jawab apapun. Penelitian lain yang dilakukan oleh Hasanah (2021) menjelaskan

gambaran stres pada santri Tahfidz, bahwa setiap subjek yang ditelitinya mengalami gejala stres yang berbeda-beda.

Musradinur (2016) menjabarkan faktor yang mempengaruhi munculnya tekanan bagi individu antara lain yaitu eksternal berupa lingkungan, dan internal berupa faktor yang berasal dari diri sendiri atau kognitif seseorang. Berdasarkan mini survei yang dilakukan oleh peneliti sebagai studi pendahuluan terhadap beberapa mahasantri pengabdian, dapat diketahui bahwa 24 atau sebesar 96% dari 25 orang mengalami berbagai kendala dan kesulitan baik dari dalam maupun dari luar yang mengindikasikan gejala stres. Adapun kendala dan kesulitan tersebut diantaranya yaitu kesulitan menyesuaikan diri dengan peran ganda, padatnya rutinitas yang membuat mahasantri pengabdian kewalahan dalam mengatur waktu, bentroknya jadwal antara jadwal kuliah dan tugas pondok, minimnya kemudahan dalam mengakses teknologi dan informasi lantaran keterbatasan dalam penggunaan elektronik, merasa tertekan dengan peraturan yang ada, konflik pribadi terkait keinginan psikologis yang ingin dicapai namun bertentangan dengan aturan pesantren, tuntutan senior atau atasan, konflik dengan teman atau partner, tuntutan wali santri, anggota santri yang belum mencapai target hafalan, dll.



Gambar 1.1 Diagram Hasil Mini Survei Pengalaman Stres

Selain itu, berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada beberapa mahasantri pengabdian diketahui bahwa rata-rata mereka mengaku memutuskan untuk mengabdikan sambil berkuliah bukanlah sepenuhnya murni atas dasar kemauan pribadi, melainkan faktor luar yang beragam. Adapun alasan yang membuat mereka memutuskan untuk mengabdikan sambil berkuliah antara lain yakni paksaan

orang tua, saran dari pihak pesantren yang meminta secara individu untuk melanjutkan masa pengabdian, dll. Hal itu tidak sesuai dengan tugas perkembangan dewasa awal yang dipaparkan oleh Papalia (2015) dimana seharusnya individu pada usia dewasa awal sudah mulai memiliki otonomi dan mengambil keputusan sendiri. Akibatnya hal tersebut membuat mahasantri pengabdian merasa semakin tertekan karena melakukan sesuatu yang bukan kehendak hati. Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Hariyanto, dkk (2014) menyebutkan bahwa stres yang dialami oleh subjek merupakan bentuk respon yang dihasilkan dari paksaan dan harapan orang tua kepada anak.

Stres yang dialami mahasantri pengabdian dapat menyebabkan dampak negatif bagi diri sendiri dan peran pengabdian. Sebagaimana Romas, dkk (2023) Menyebutkan bahwa dampak stres dapat mengakibatkan gangguan pada fisik, sistem reproduksi, emosi tidak stabil, bersikap kasar, serta melakukan hal-hal buruk yang merugikan. Menurut wawancara kepada AZ perilaku negatif kerap kali dilakukan oleh mahasantri pengabdian berupa bentuk pelanggaran-pelanggaran yang beragam, mulai dari pelanggaran ringan hingga pelanggaran berat. Adapun pelanggaran ringan yang dilakukan yakni tidak mengikuti kegiatan wajib pondok sebagaimana yang diwajibkan pula kepada anggota santri seperti sholat berjamaah, mengikuti kajian mingguan, setoran hafalan, hingga pelanggaran berat seperti menyalahgunakan perizinan, keluar pondok tanpa izin, membawa/menggunakan alat elektronik tanpa izin, melalaikan tugas pengabdian, serta memiliki hubungan dan berinteraksi dengan lawan jenis. Konsekuensi yang diakibatkan dari pelanggaran yang dilakukan tersebut juga beragam mulai dari teguran oleh pra Kyai/Nyai, membaca surat pernyataan disaksikan oleh pengabdian lain dan para Kyai/Nyai, pemanggilan orang tua, dipindahtugaskan, hingga diberhentikan masa tugasnya dan dikeluarkan dari pesantren.

Stres merupakan reaksi alamiah tubuh terhadap keadaan yang terbelang tidak menyenangkan, sehingga stres dapat dirasakan bagi siapa saja tanpa memerhatikan usia, gender, ras maupun agama. Selye (dalam Fink, 2016) mengemukakan bahwa stres merupakan suatu fenomena umum yang dialami

setiap individu berupa respon yang tidak spesifik akibat tuntutan yang diterimanya. Menurut Sarafino dan Smith (2015) stres merupakan suatu kondisi yang dialami individu disebabkan oleh lingkungan penuh tuntutan yang dapat memengaruhi sistem biologis, psikologis, dan sosial individu itu sendiri. Berdasarkan pengertian tersebut dapat diketahui bahwa dimensi stres antara lain adalah biologis, psikologis, dan sosial. Artinya, respon biologis yang mengakibatkan keluhan fisik, terganggunya proses kognitif sehingga mengakibatkan reaksi emosional, serta perubahan perilaku yang cenderung negatif merupakan gejala yang menunjukkan individu mengalami stres.

Gejala yang dialami oleh subjek berdasarkan mini survei yang dilakukan kepada beberapa subjek berupa gejala fisik maupun non fisik (psikologis dan sosial). Gejala fisik yang dialami diantaranya yaitu mudah kelelahan, mulut dan tenggorokan terasa kering, pusing, rentan sakit, gangguan pencernaan, jantung berdegup kencang, mual, bahkan sebagian ada yang mengaku sering mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur atau *istihadhoh* akibat terlalu banyak beban pikiran. Beberapa hasil studi mengatakan bahwa pada populasi wanita yang berada dalam rentang usia 18-25 tahun sangat rentan mengalami gangguan pada menstruasinya diakibatkan oleh gangguan stres psikologis (Tiala, 2022). Adapun gejala non fisik yang sering dialami oleh subjek diantaranya seperti merasa cemas yang berlebih, khawatir terhadap ketidakpastian yang akan dialami, merasa tidak percaya diri, sering menyendiri, serta memikirkan sesuatu secara berlebihan. Gejala perilaku sosial yang mengindikasikan stres individu diantaranya yaitu melampiaskan kekesalan kepada lingkungan dan orang sekitar, melakukan pelanggaran pesantren, menjauhi diri dari orang lain, dll. Gejala-gejala tersebut sesuai dengan teori yang dinyatakan oleh Sarafino dan Smith (2015) bahwa pengalaman stres dapat berdampak pada aspek biologis, psikologis, dan perubahan perilaku.

Priyoto (dalam Romas, dkk 2023) menjabarkan indikator-indikator tingkat stres Individu yang terdiri dari stres ringan, sedang, hingga berat. Adapun stres ringan adalah stres yang dialami atau dirasakan oleh semua orang dan terjadi

secara teratur. Individu dengan stres ringan umumnya mengalami gejala-gejala seperti merasa gelisah, gangguan pencernaan yang menjadikan semangat meningkat namun energi menurun tanpa disadari. Stres sedang berlangsung lebih lama berawal dari stres ringan yang belum diatasi atau terselesaikan. Ciri-ciri stres sedang ditandai dengan fisik dan psikologis yang mulai menurun yakni mulai mengalami gejala-gejala seperti sakit perut, ketegangan otot, pola makan cemas yang berlebih dan tidur yang terganggu. Stres tinggi adalah stres yang berlangsung dalam jangka waktu lama biasanya berbulan-bulan bahkan bertahun-tahun. Ciri-ciri stres tinggi/berat biasanya tidak hanya mempengaruhi fisik dan psikologis melainkan juga mulai mempengaruhi terganggunya aktifitas sehari-hari serta pola perilaku yang negatif baik terhadap diri sendiri maupun sekitar. Berdasarkan hasil wawancara dan mini survei yang dilakukan kepada beberapa subjek menunjukkan indikasi bahwa mahasiswa pengabdian mengalami tingkat stres yang berbeda-beda, mulai dari stres ringan, sedang, hingga stres berat/tinggi.

Lazarus membagi Stres menjadi dua, yaitu stres baik (*eustress*) yang tidak mengganggu justru menimbulkan rasa semangat dan stres negatif (*distress*) yang mengganggu individu. Stres akan berdampak positif apabila individu mampu melakukan koping yang baik terhadap tekanan yang dianggap sebagai stressor, sebaliknya stress akan berdampak negatif apabila individu tidak mampu mengelola stress dalam dirinya (Lazarus dalam Lubis, 2016). Tingkat stres yang ringan hingga sedang, dalam kisaran koping seseorang, dapat menghasilkan hasil yang positif, namun stres yang melebihi kapasitas koping seseorang dapat mengakibatkan ancaman terhadap kesejahteraan fisik dan psikologis (Cooper, 2017). Artinya, stres tinggi yang tidak segera diatasi akan memiliki dampak negatif yang dapat merusak kualitas fungsi individu itu sendiri.

Individu yang mengalami stres tinggi berkepanjangan dan tidak segera diatasi dapat mengarah ke tingkat depresi. Sebagaimana menurut Lubis (2016), depresi merupakan suatu fase yang diawali dari gangguan psikologis berupa stres yang tak kunjung reda dan telah berlangsung dalam jangka waktu lama. Perilaku-perilaku negatif yang diakibatkan dari dampak stres mahasiswa pengabdian

tersebut dapat merugikan diri sendiri, orang lain, serta dapat berimbas pada peran pengabdian. Akibatnya, peran pengabdian yang dijalankan tidak sesuai dengan yang diamanahkan atau diharapkan dalam misi pesantren Al-Amien Prenduan. Sebagaimana berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada AZ salah satu devisi keguruan yang bertugas mengatur tata kelola para pengabdian, mahasantri pengabdian yang melanggar aturan-aturan ringan hingga berat disebabkan karena terkadang mereka merasa tertekan, jenuh, *burnout*, terhadap situasi yang dialami.

Salah satu aspek upaya pencegahan atau strategi koping jangka pendek yang sering disebut adaptif yaitu *turning to religion*. Carver (dalam Rusdi 2019), menyebutkan Sembilan strategi coping adaptif, salah satunya adalah *turning to religion*. Religiusitas dalam diri seseorang dapat memberi bimbingan, arahan, kesadaran serta kepuasan dalam perilaku seseorang sehingga mampu memberi kontrol terhadap tekanan-tekanan yang ada. Hal tersebut mengindikasikan bahwa religiusitas erat kaitannya dengan stres individu. Salah satu studi yang dilakukan Amalia dan Nashori (2021) menyebutkan bahwa religiusitas memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan stress akademik mahasiswa. Memiliki nilai religiusitas yang baik merupakan upaya pencegahan yang efektif untuk mengontrol kondisi mental akibat permasalahan dan kesulitan mahasantri pengabdian terkait peran gandanya yang dapat memicu kondisi stres agar tetap baik dan stabil. Rakhmat menyebutkan sejumlah penduduk di Amerika menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat membantu mengatasi kondisi stres dalam hidup secara efisien yaitu agama (Rakhmat, 2021). Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Suprpto (2020) menyebutkan bahwa religiusitas dapat menjadi faktor yang dapat meningkatkan resiliensi pada santri di pondok pesantren. Oleh karena itu, pesantren berupaya menumbuhkan nilai-nilai religiusitas santri dengan berbagai ritual keagamaan serta disiplin pesantren.

Kegiatan keagamaan serta pemahaman spiritual sebagai bentuk pengimplementasian Iman dan Taqwa (IMTAQ) yang diterapkan di pesantren Al-Amien Prenduan memungkinkan santri untuk meningkatkan nilai spiritualitas dalam dirinya. Santri terdapat dengan berbagai kegiatan keislaman mulai dari

bangu tidur hingga tidur lagi. Sesuai dengan tujuan umum didirikannya pesantren yaitu untuk membina santrinya agar memiliki kepribadian Muslim sesuai dengan ajaran-ajaran agama Islam serta menanamkan rasa keagamaan tersebut di segala segi kehidupan (Fahham, 2020). Hasil penelitian juga mengatakan bahwa program tata tertib yang diterapkan kepada mahasantri Al-Amien Prenduan berpengaruh terhadap pembentukan karakter religiusitasnya (Mustofa dan Ahmad, 2022). Nilai-nilai religiusitas tersebut berpotensi membuat santri mahasiswa pengabdian dapat mengontrol stressor-stresor yang dialami. Sebagaimana menurut Lubis (2016), bahwa berdoa merupakan salah satu bentuk religiusitas batin yang dapat membantu individu keluar dari depresinya. Depresi sendiri berkembang pada diri individu akibat seringnya terpapar stres (Cooper, 2017).

Religiusitas merupakan satu kesatuan yang terdiri dari sistem symbol, sistem keyakinan, sistem nilai, dan sistem perilaku yang terlembagakan, yang semuanya itu berpusat pada persoalan-persoalan yang dimaknai dan dihayati secara mendalam (Glock & Stark dalam Ahmad, 2020). Selanjutnya, Glock dan Stark mengemukakan bahwa religi bukanlah sesuatu yang tunggal, melainkan terdiri dari beberapa aspek. Religiusitas adalah tingkat keyakinan dan sikap seseorang terhadap ajaran agama yang dianutnya dan praktik ritual baik dalam konteks hubungan vertikal yakni dengan Tuhan (Allah) maupun hubungan horizontal kepada sesama makhluk, sebagai upaya untuk mencari makna kebahagiaan dan kehidupan (Suryadi & Bahrul, 2021).

Menurut Ahmad (2020) untuk mengetahui gambaran kesalehan seorang muslim yakni dengan mengetahui intensitas ibadah shalat rutin, ibadah tambahan (sunnah), dan interaksi dengan Al-Qur'an. Ancok dan Fuad (2011) mengemukakan dimensi religiusitas seorang muslim, yang terdiri dari dimensi *Aqidah* yang melibatkan keyakinan seorang Muslim akan kebenaran ajaran agama Islam, *Syari'ah* yang meliputi praktik ibadah sebagai symbol ketaatan seorang Muslim terhadap agamanya, dan *Akhlaq* yang meliputi kesesuaian ajaran agama dengan perilaku yang ditampilkan seorang Muslim dengan lingkungan sekitar. Ketiga dimensi tersebut menegaskan bahwa religiusitas bagi seorang muslim

bukan hanya diukur dari aktifitas yang berkaitan dengan bentuk ritual yang tampak saja, melainkan juga apa yang ada dalam hati seseorang.

Menurut Psikologi agama, kesadaran beragama individu semakin meningkat seiring berkembangnya individu secara biologis (Kartikowati & Zubaedi, 2016). Kesadaran beragama pada individu usia remaja dan dewasa awal berbeda. Seperti yang diketahui menurut Santrock (2019) bahwa religiusitas individu usia 14 tahun mulai mengalami penurunan sampai dengan usia 18 tahun. Kemudian, meningkat kembali pada usia 20 tahun. Mahasiswa pengabdian berada pada rentang usia 18-22 tahun, dimana pada usia tersebut ketertarikan akan beragama sudah mulai stabil meskipun belum sepenuhnya stabil. Sebagaimana Starbuck (dalam Arifin 2015) mengatakan bahwa kecenderungan beragama dalam rentang kehidupan seseorang terjadi secara dinamis sesuai dengan usia dan perkembangan seseorang. Keberagamaan seseorang mulai terjadi pada usia 7 sampai 8 tahun, meningkat secara berangsur-angsur pada usia 10 sampai 11 tahun, meningkat dengan sangat cepat pada usia 16 tahun, kemudian turun drastis sampai pada usia 20 tahun, selanjutnya mulai menetap sejak usia tersebut. Meskipun pada usia remaja seseorang sudah mulai dapat berpikir secara abstrak dan matang secara biologis, namun perkembangan emosi masih labil sehingga keberagamaan pada diri remaja juga belum stabil. Terdapat berbagai macam faktor yang membuat ketidakstabilan agama pada usia remaja, salah satunya ketidakstabilan emosi dapat memicu ketidakstabilan agama yang dialami di usia remaja (Arifin, 2015).

Adapun studi tentang hubungan religiusitas dengan stress akademik pada santri menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara religiusitas dengan stress akademik (Fauziah, 2021). Studi lain yang dilakukan oleh Efendy (2021) tentang hubungan antara religiusitas dan kepatuhan santri pada aturan di pondok pesantren bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel. Selain studi-studi tersebut, terdapat studi yang juga mendorong peneliti untuk melakukan penelitian ini yaitu studi yang dilakukan oleh Billah (2022) tentang pengaruh religiusitas terhadap stres akademik siswa Madrasah Tsanawiyah yang

menyatakan bahwa variabel religiusitas tidak berpengaruh terhadap variabel stress, hal itu dipicu oleh kematangan usia dan minat terhadap agama yang berubah-ubah lantaran subjek adalah anak Tsanawiyah setara SMP yang tergolong dalam usia remaja. Dari uraian latar belakang tersebut di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh religiusitas terhadap tingkat stress pada mahasantri pengabdian di pesantren. Adapun hipotesis yang diajukan yakni terdapat pengaruh religiusitas terhadap tingkat stress santri mahasiswa pengabdian di pesantren Ma'had Tahfidz Al-Qur'an Al-Amien Prenduan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Apakah religiusitas berpengaruh terhadap tingkat stres dan seberapa besar pengaruh religiusitas terhadap tingkat stress pada santri mahasiswa yang mengabdikan diri di pesantren Ma'had Tahfidz Al-Qur'an Al-Amien Prenduan.

1.3 Tujuan Penelitian

Ditinjau dari permasalahan penelitian di atas, maka tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh religiusitas terhadap tingkat stres dan untuk mengetahui seberapa besar pengaruhnya pada santri mahasiswa yang mengabdikan diri di pesantren Ma'had Tahfidz Al-Qur'an Al-Amien Prenduan.

1.4 Manfaat Penelitian

Dari berbagai hal yang dikemukakan di atas, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi terhadap disiplin keilmuan khususnya bagi pengembangan ilmu psikologi dalam

mengamati dan memberikan intervensi pada kasus yang berhubungan dengan fenomena kasus penelitian ini.

1.4.2 Manfaat Praktis

a) Bagi Mahasantri Pengabdian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada mahasantri pengabdian agar lebih mengantisipasi stres dan dampaknya dengan memperhatikan nilai religiusitas sebagai pengontrol stres dalam dirinya, sehingga peran pengabdian dan peran mahasiswa di pesantren dapat berjalan dengan optimal.

b) Bagi Keluarga Subjek

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi kepada keluarga khususnya orang tua untuk dapat memberikan dukungan penuh terhadap subjek baik secara psikologis maupun materi sehingga subjek dapat terbantu dalam mengatasi permasalahannya.

c) Bagi lembaga pesantren

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah informasi terkait penelitian ini sehingga dapat menjadi pertimbangan dalam menemukan solusi terhadap permasalahan-permasalahan yang dialami mahasantri pengabdian.

d) Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya agar bisa dikembangkan menjadi lebih sempurna.