

BAB IV

HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

1. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi Penelitian bertempat di Laboratorium komputer MA Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro di Desa Nalui. Sampel dilakukan secara acak yaitu santri kelas X, XI, XII yang dikumpulkan sebanyak 155 orang. Penelitian dilakukan pada tanggal 1-10 oktober 2022 pada jam 09.00-12,00 wita. Penelitian dilakukan dengan responden rata-rata 25 santri di setiap hari dikarenakan jadwal aktivitas santri dan juga keterbatasan komputer.

2. Gambaran Umum Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro

Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro berdiri sejak 14 Juni 2000. Yang dimana terletak di Desa Nalui Kecamatan Jaro Kabupaten Tabalong Provinsi Kalimantan Selatan. Pondok ini didirikan atas dasar harapan masyarakat terkhusus wilayah kecamatan Jaro dan Muara Uya.

Pesantren yang dipimpin oleh KH. Murjani, S.Pd., M.I., Kom. dengan para pendiri lainnya seperti Ust. Sewan, Ust. Daman Satria, para asatidz pada generasi awal didirikan dan dibangun dari nol dengan saling bahu membahu baik dari segi pikiran, tenaga, maupun dalam hal materi. Keterlibatan tokoh-tokoh masyarakat sangat menentukan dimulainya perjalanan pondok masa awal, seperti Ust. Sanusi Ibrahim (Ust. Ahnmad Jaro), H. Bahruni (H. Iyun), H. Murni Lumbang, H. Taberi (H. Itab), H. Ahmad Bakeri (H. Utuh Ipap/Abah Dayat), dan lain-lain.

Berdirinya Pondok Pesantren Al-Madaniyah pertama kali hanya bertempat di Mesjid Al-Mujahidin Desa Jaro. Yang dimana memiliki santri putra sebanyak 30 orang dan posisi asrama berada di beranda

samping kanan mesjid menjadi. Santri putri berjumlah 25 orang posisi asramanya berada di rumah penduduk di depan masjid yang diizinkan sementara waktu untuk ditinggali. Pada Tahun 2001 Pondok Pesantren Al-Madaniyah melakukan perluasan dengan berpindah lokasi dikarenakan sulitnya untuk melakukan perluasan. Lokasinya berada sekitar 1 KM dari semula lokasi semula di Desa Nalui Kecamatan Jaro.

Kata Al-Madaniyah sendiri memiliki makna yang maju, berkembang dan ber peradaban. Penggunaan Al-Madaniyah untuk menyebut pondok pesantren yang berada di desa Nalui didirikan atas dasar sebuah keinginan kuat untuk membentuk generasi bangsa yang kreatif, maju, berkembang dan ber peradaban dengan tetap berbasis pada nilai-nilai religiusitas.

Pondok Pesantren Al-Madaniyah memiliki beberapa jenjang lembaga pendidikan, antara lain Pendidikan Sekolah Dasar Islam (SD Islam), Madrasah Tsanawiyah (MTs), Madrasah Aliyah (MA) dan Panti Asuhan. Kurikulum yang digunakan ialah kurikulum Departemen Agama (Depag), Kurikulum Dinas Pendidikan (Diknas) dan Kurikulum Pondok Pesantren. Semua santri Pondok Pesantren Al-Madaniyah diwajibkan tinggal di asrama dan diharuskan mengikuti semua kegiatan formal dan non formal. Saat ini jumlah santri aktif secara keseluruhan berjumlah 604 orang..

3. Visi Misi Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro

a. Visi

Terwujudnya santri yang beriman, bertakwa, berbudi luhur, berprestasi dan berpengetahuan luas.

b. Misi

- 1) Mencetak generasi bangsa yang islami, beriman, bertakwa dan berbudi luhur

- 2) Mencetak generasi yang berpengetahuan luas, mandiri, ukhuwah islamiyah sehat, kuat, terampil dan ulet, kritis, mampu, problem solver, jujur, berjiwa sabar dan komunikatif
- 3) Menciptakan generasi yang berjiwa juang dan berjiwa pendidik
- 4) Mewujudkan manusia unggul, kreatif dan inovatif yang dilandasi oleh keimanan dan ketaqwaan.
- 5) Mengembangkan dan menciptakan hubungan yang harmonis antara santri, guru, masyarakat dan orang tua santri
- 6) Mencetak generasi yang terampil Bahasa asing khususnya Bahasa Arab dan bahasa Inggris
- 7) Ikut berperan dalam Menciptakan masyarakat sekitar aman, tertib dan sejahtera
- 8) Membantu masyarakat yang kurang mampu

4. Sistem Pendidikan dan Kurikulum

Pondok Pesantren Al-Madaniyah Membuka program pendidikan Formal dan Non formal. Program pendidikan formal yaitu Sekolah Dasar Islam (SD Islam), Madrasah Tsanawiyah (MTs), dan Madrasah Aliyah (MA) serta membuka lembaga Kesejahteraan Sosial berupa Panti Asuhan. Lulusan dan Ijazah semua program pendidikan di Al-Madaniyah diakui secara nasional, guna melanjutkan ke jenjang yang lebih tinggi.

Lama pendidikan di sekolah Dasar Islam adalah 6 tahun, setelah selesai/tamat dianjurkan tetap melanjutkan pendidikan di Pondok Pesantren dengan masuk ke jenjang lebih tinggi sampai tamat/lulus Madrasah Tsanawiyah dan atau madrasah Aliyah Al-Madaniyah. Namun demikian tidak melarang pula jika ingin melanjutkan ke sekolah atau lembaga pendidikan lain. Pondok Pesantren Al-Madaniyah juga menerima pendaftaran Siswa dari sekolah Dasar dan

MI lain untuk masuk ke jenjang Pendidikan Madrasah Tsanawiyah (MTs) dengan syarat memiliki STTB.

Adapun lama Pendidikan Madrasah Tsanawiyah (MTs) adalah 3 tahun, setelah lulus atau tamat dianjurkan dan diharapkan dapat meneruskan dan melanjutkan pendidikannya di Pondok Pesantren Al-Madaniyah dengan masuk Program studi Madrasah Aliyah (MA). Namun demikian tidak melarang pula jika ingin melanjutkan ke sekolah atau lembaga pendidikan lain. Pondok Pesantren Al-Madaniyah juga menerima pendaftaran Siswa dari SMP/MTs lain untuk masuk ke jenjang Pendidikan Madrasah Aliyah (MA) dengan syarat memiliki STTB. Lama pendidikan Madrasah Aliyah (MA) adalah 3 tahun.

Bagi siswa/santri lulusan Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al-Madaniyah yang berprestasi dan ingin melanjutkan Pendidikan ke Perguruan tinggi Negeri maupun swasta maka akan diberi rekomendasi mendapatkan beasiswa baik dari pemerintah maupun dari Lembaga beasiswa Swasta. Selain itu setiap lulusan Madrasah Aliyah Al-Madaniyah (MA) akan dipilih untuk mengabdikan ilmunya terlebih dahulu di Pondok pesantren Al-Madaniyah selama satu tahun sebelum ia terjun ke masyarakat maupun melanjutkan kuliah. Adapun pendidikan nonformal adalah majlis ta'lim, kursus keterampilan dan seni, kursus jurnalistik, kursus *photo-video editing*, maupun kursus komputer.

Kurikulum yang digunakan adalah perpaduan antara kurikulum Departemen agama dan Dinas Pendidikan serta kurikulum Pesantren.¹

B. Hasil Uji Instrumen

Uji validitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan tiga skala yaitu skala *grit*, stres akademik dan penyesuaian diri kepada 30

¹ "Profil Pondok Pesantren Al-Madaniyah Jaro," 2021.

orang santri madrasah aliyah (ma) pondok pesantrean al madaniyah jaro secara acak. Sebelum membagikan kusioner kepada responden peneliti telah meminta *professional judgment* dosen psikologi islam untuk memberikan penilaian dan mengoreksi skala penelitian yang telah dibuat peneliti. *Professional Judgment* tersebut ialah Dr. Taufik Hidayat, M.Kes, Psikolog dan Kinanti Dartanyan, M.Psi, Psikolog.

1. Uji Validitas

Uji Validitas dipergunakan untuk menguji alat ukur ataupun instrumen penelitian yang dimana tujuannya untuk melihat apakah item-item yang digunakan valid atau tidak. Validitas merupakan sebuah ukuran yang dapat menilai kebenaran dalam alat tes atau alat ukur. Tentunya tes dinyatakan valid dan dapat digunakan apabila alat ukur dinyatakan benar.²

Peneliti melakukan *tryout* instrumen kepada 30 orang santri Madrasah Aliyah (MA) secara acak, dengan menggunakan rumus *Correlation Product Moment* yang dibantu *IBM SPSS Statisticv Ver 21*. Valid atau tidaknya suatu item jika nilai *r* hitung lebih besar daripada *r* tabel maka item instrumen dinyatakan valid dan dapat digunakan dalam penelitian, jika *r* hitung lebih kecil dari *r* tabel maka item tersebut dinyatakan gugur dan tidak bisa dipakai. Untuk menentukan valid tidaknya suatu item perlu menggunakan rumus $df = N - 2$ dan Probabilitas 0,05. Jumlah sampel *tryout* ada 30 maka nilai $df = 30 - 2 = 28$, *r* tabel pada $df = 28$ dengan *probabilitas* 0,05 taraf kebenaran 5% ialah 0,361.

a. Skala *Grit*

Teori *grit* yang telah dipaparkan peneliti di bab II, memiliki 2 aspek yang dimana dimuat menjadi beberapa item pada

² Andrew Fernando Pakpahan dan dkk, *Metode Penelitian Ilmiah*, Cetakan 1 (Medan: Yayasan Kita Menulis, 2021).

skala *grit*. Item yang diujikan sejumlah 18 item kemudian diujikan validitasnya. Terdapat 5 item diantaranya (1, 5, 6, 9, 11) dinyatakan gugur. Sedangkan item yang akan disebar kepada responden penelitian berjumlah 13 item.

TABEL 4.1 BLUEPRINT & NOMOR ITEM SKALA *GRIT* SESUDAH *TRY OUT*

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			F	U	
1	<i>Passion</i>	a. Perhatian tidak mudah dialihkan		13	1
		b. Menetapkan tujuan	2, 3	17	3
		c. Mempertahankan minat	4,6		2
2	<i>Perseverance</i>	a. Berusaha keras dalam tantangan	14	7	2
		b. Mampu menyelesaikan pekerjaan	8, 15		2
		c. Gigih dalam berusaha	10	12, 16	3
Total			8	5	13

b. Skala Stres Akademik

Teori stres akademik yang telah dipaparkan peneliti di bab II, memiliki 5 aspek yang dimana dimuat menjadi beberapa item pada skala Stres Akademik. Item yang diujikan sejumlah 24 item kemudian diujikan validitasnya. Terdapat 10 item dinyatakan gugur terdiri dari (1, 4, 5, 8, 9, 11, 16, 18, 22, 23). Sedangkan item yang akan disebar kepada responden penelitian berjumlah 14 item.

TABEL 4.2 BLUEPRINT & NOMOR ITEM SKALA STRES
AKADEMIK SESUDAH *TRY OUT*

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			F	U	
1	Tekanan Studi	a. Tekanan dalam diri	17, 19		2
		b. tekanan dalam lingkungan	2		1
2	Beban Kerja	a. beban kerja yang banyak	3	14	2
3	Khawatir tentang nilai	a. khawatir mengecewakan orang lain	6	15	2
		b. nilai adalah segalanya	7	24	2
4	Ekspetasi Diri	a. standar yang tidak sesuai dengan usaha yang dilakukan	13, 21		2
5	Keputusasaan	a. penurunan konsentrasi	10	20	2
		b. rasa tidak percaya diri		12	1
Total			9	5	14

c. Skala Penyesuaian Diri

Teori Penyesuaian Diri yang telah dipaparkan peneliti di bab II, memiliki 7 aspek yang dimana dimuat menjadi beberapa

item pada skala Penyesuaian Diri. Item yang diujikan sejumlah 40 item kemudian diujikan validitasnya. Terdapat 17 item gugur yang dimana terdiri dari (1, 5, 7, 10, 12, 18, 19, 23, 24, 27, 30, 31, 32, 34, 35, 38, 40). Sedangkan item yang akan disebar kepada responden penelitian berjumlah 23 item.

TABEL 4.3 BLUEPRINT & NOMOR ITEM PENYESUAIAN DIRI SESUDAH *TRY OUT*

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			F	U	
1	Emosionalitas yang tidak berlebih	a. Kontrol emosi	2, 15	16	3
		b. kontrol diri	4, 17		2
2	Tidak terdapat mekanisme psikologis	a. mengatasi rasa frustrasi		25	1
		b. kemampuan bangkit dari rintangan	3, 26		2
3	Tidak ada frustrasi personal	a. kepandaian pengelolaan stres	28		1
		b. menghadapi masalah	6, 37		2
4	Kemampuan untuk belajar	a. kemampuan menilai sisi baik dari suatu hal	39		1
		b. memiliki rasa tanggung jawab	8, 20	21	3
5	Pemanfaatan pengalaman	a. memiliki kemampuan <i>problem</i>	36		1

	masa lalu	<i>solving</i>			
		b. kemampuan mengambil hikmah		9	1
6	Sikap realistik dan objektif	a. menyikapi masalah dengan realistik dan objektif	11		1
7	Pertimbangan rasional dan pengarahan diri	a. kemampuan untuk menghadapi kehidupan dengan rasional yang sesuai syariat	13	22	2
		b. kemampuan untuk memiliki keteraturan/disiplin	14, 29, 33		3
Total			18	5	23

2. Uji Reliabilitas

Pengujian reliabilitas tujuannya untuk mengetahui apakah dapat dipakai atau tidaknya suatu instrumen penelitian dan haruslah memiliki nilai yang relatif seimbang, sehingga dapat dikatakan sebagai alat ukur yang baik dan dapat disajikan. Uji reliabilitas dapat diperhatikan pada tabel *Reliability Statistics*, yaitu pada kolom *Cronbach' Alpha*, yang dimana nilai tersebut berasal dari butir item secara keseluruhan, semakin nilainya mendekati angka satu maka alat ukur dinyatakan memiliki reliabel yang tinggi. Sekaran dalam teorinya menyebutkan *Cronbach" Alpha < 0,6* maka instrumen penelitian yang digunakan

kurang baik tapi sebaliknya jika nilai *Cronbach'' Alpha* > 0,6 maka instrumen penelitian dapat dinyatakan baik dan bisa dipakai.³

TABEL 4.4 TABEL RELIABILITAS SKALA *GRIT*, STRES AKADEMIK DAN PENYESUAIAN DIRI

Skala	Jumlah Item	Jumlah Subjek	<i>Cronbach Alpha</i>
<i>Grit</i>	18	30	0,705
Stres Akademik	24	30	0,655
Penyesuaian Diri	40	30	0,803

Berdasarkan pengertian yang dipaparkan pada teori di atas mengenai uji realibitas, *Cronbach Alpha* haruslah > 0,6 agar instrumen penelitian dapat disebut instrumen yang baik. Dari hasil data SPSS diatas *Cronbach Alpha* untuk tiga skala penelitian *grit*, stres akademik, penyesuaian diri berada diposisi > 0,6 dengan kata lain instrumen penelitian dinyatakan baik.

C. Hasil Analisis Data dan Interpretasi

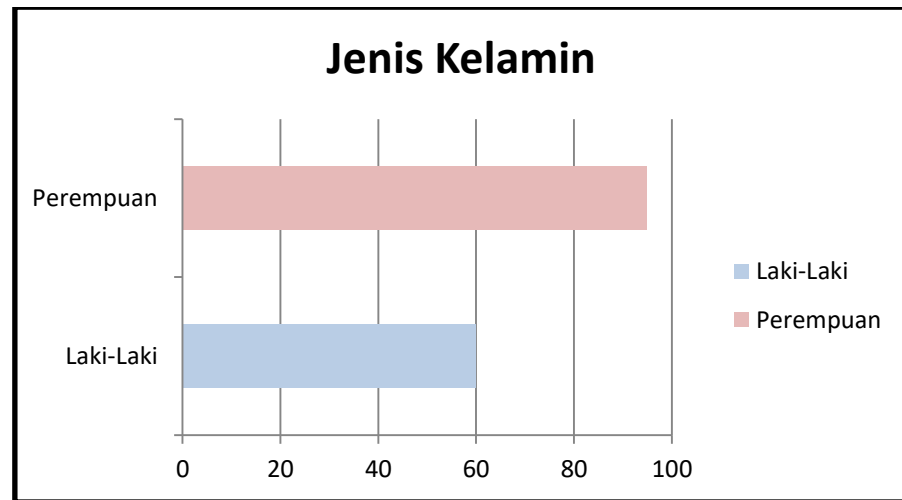
1. Gambaran Responden Penelitian

Berdasarkan data yang telah dikumpulkan peneliti yang dimana data primer yaitu denan penyebaran kusioner yang ditujukan kepada santri kelas X, XI, XII Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro. Jumlah item yang disebar pada kusioner berjumlah 50 item yakni 13 item skala *grit*, 14 item skala stres akademik dan 23 item skala penyesuaian diri. Jumlah santri sebanyak 150 santri.

Data santri menunjukkan berdasarkan kelompok jenis kelamin, laki-laki berjumlah 60 santri dan perempuan berjumlah 90 santri yang dimana santri perempuan lebih banyak.

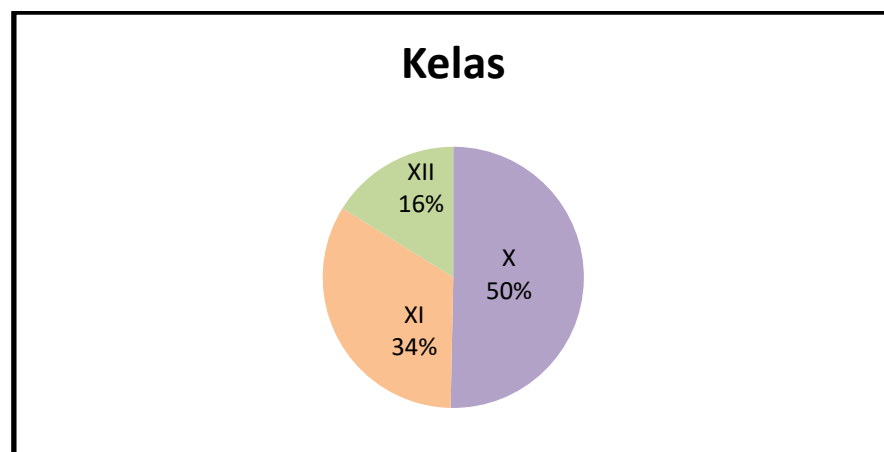
³ Duwi Priyanto, *SPSS : Panduan Mudah Olah Data Bagi Mahasiswa & Umum* (Yogyakarta: Penerbit Andi Offset, 2018).

Gambar 4.1 Diagram responden berdasarkan jenis kelamin



Dari perolehan data yang didapat, responden terdiri dari 3 kelas yang dimana terbagi menjadi kelas X, kelas XI, dan kelas XII. Responden kelas X berjumlah 78 santri, kelas XI berjumlah 52 santri dan kelas XII berjumlah 25 santri dengan total 155 responden. Ditunjukkan dalam diagram berikut,

Gambar 4.2 Diagram responden berdasarkan kelas



2. Analisis Data Deskriptif Hasil Penelitian

Analisis data deskriptif, untuk menjelaskan secara deskriptif atau menggambarkan data yang telah dikumpulkan oleh peneliti dengan

keadaan sebenarnya tanpa menarik kesimpulan yang berlaku secara universal.⁴ Data yang didapat akan diujikan untuk melihat perbedaan, pengaruh ataupun korelasi antar variabel. Dalam langkah ini analisis ini diperuntukkan untuk mengkategorisasikan dan mengetahui intensitas antar variabel yang dimana mencari mean dan standar deviasi terlebih dahulu. Peneliti menggunakan *software* IBM SPSS *vers* 21 dilanjutkan dengan menggunakan rumus Saifuddin Azwar.⁵

Tabel 4.5 Hasil Uji Deskriptif Data Penelitian

Variabel	N	Min	Max	Sum	Mean	Standar Deviasi
<i>Grit</i>	155	13	52	5844	32,5	3,290
Stres Akademik	155	14	56	5946	35	3,373
Penyesuaian Diri	155	23	92	11415	57,5	6,034
Valid N (listwist)	155					

a. Analisis Data Skala *Grit*

Skala *grit* dalam penelitian ini mempunyai 13 item dengan skor 1, 2, 3, 4. Skor maksimum ialah (skor tertinggi x jumlah item) (4×13) = 52 dan skor minimal ialah (skor terendah x jumlah item) (1×13) = 13. Mean didapat dari $(x_{\min} + x_{\max})/2$ yaitu 32,5. Kemudian peneliti menggunakan *IBM SPSS Statistic 21* dengan hasil pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4.6 Kategorisasi *Grit* Santri

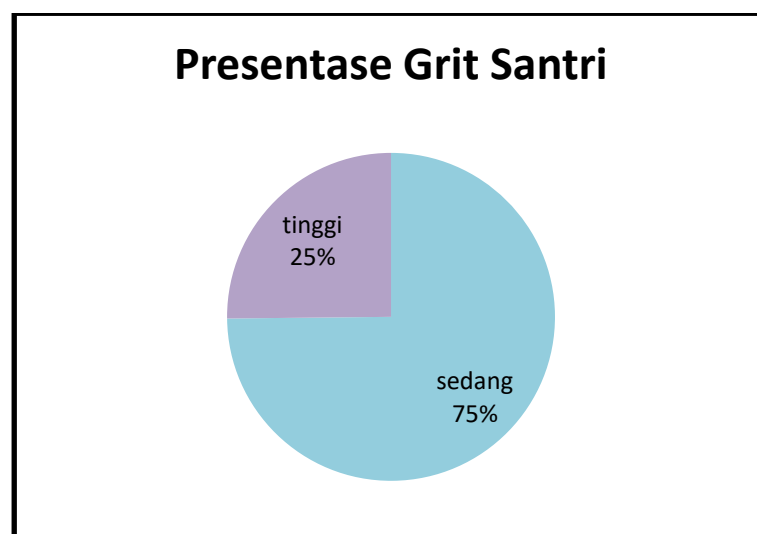
Kategori	Rentang Nilai	F	%
Rendah	$X < 26$	0	0%
Sedang	$26 \leq X < 39$	116	75%
Tinggi	$X \geq 39$	39	25%
Total		155	100%

⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2018).

⁵ Saifuddin Azwar, *Penyusun Skala Psikologi*, Edisi 2 (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2018).

Dari tabel 4.6 diketahui bahwa tingkat *grit* santri dengan tingkatan sedang sebanyak 116 santri dengan persentase 75% sedangkan dengan tingkatan tinggi sebanyak 39 santri dengan persentase 25% sedangkan 0% untuk kategori rendah. Digambarkan dalam diagram berikut.

Gambar 4.3 Diagram Kategorisasi *grit* santri



b. Analisis Data Skala Stres Akademik

Skala stres akademik pada penelitian ini memiliki 14 item dengan skor 1, 2, 3, 4. Skor maksimum ialah (skor tertinggi x jumlah item) $(4 \times 14) = 56$ dan skor minimal ialah (skor terendah x jumlah item) $(1 \times 14) = 14$. Mean didapat dari $(x_{\min} + x_{\max})/2$ yaitu 35. Kemudian peneliti menggunakan *IBM SPSS Statistic 21* dengan hasil pada tabel sebagai berikut:

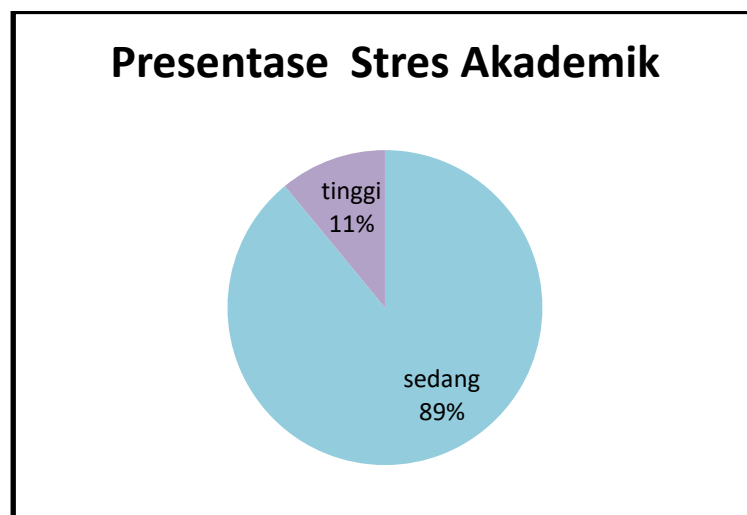
Tabel 4.7 Kategorisasi Stres Akademik Santri

Kategori	Rentang Nilai	F	%
Rendah	$X < 28$	0	0%

Sedang	$28 \leq X < 42$	138	89%
Tinggi	$X \geq 42$	17	11%
Total		155	100%

Dari tabel 4.7 diketahui bahwa tingkat Stres Akademik santri dengan tingkatan sedang sebanyak 138 santri dengan presentase 89% tingkatan tinggi sebanyak 17 santri dengan presentase 11% sedangkan 0% untuk kategori rendah. Digambarkan dalam diagram berikut.

Gambar 4.4 Diagram Kategorisasi Stres Akademik



c. Analisis Data Skala Penyesuaian Diri

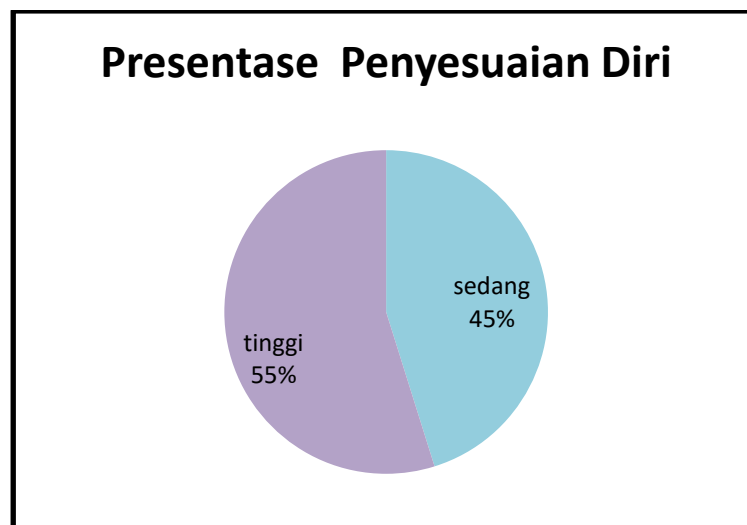
Skala Penyesuaian Diri pada penelitian ini memiliki 23 item dengan skor 1, 2, 3, 4. Skor maksimum ialah (skor tertinggi x jumlah item) $(4 \times 23) = 92$ dan skor minimal ialah (skor terendah x jumlah item) $(1 \times 23) = 23$. Mean didapat dari $(x_{\min} + x_{\max})/2$ yaitu 57,5. Kemudian peneliti menggunakan *IBM SPSS Statistic 21* dengan hasil pada tabel sebagai berikut

Tabel 4.8 Kategorisasi Penyesuaian Diri Santri

Kategori	Rentang Nilai	F	%
Rendah	$X < 46$	0	0%
Sedang	$46 \leq X < 69$	70	45%
Tinggi	$X \geq 69$	85	55%
Total		155	100%

Dari tabel 4.8 disimpulkan bahwa tingkat Penyesuaian Diri santri dengan tingkatan sedang sebanyak 70 santri dengan presentase 45% tingkatan tinggi sebanyak 85 santri dengan presentase 55% sedangkan 0% untuk kategori rendah. Digambarkan dalam diagram berikut.

Gambar 4.5 Diagram Kategorisasi Penyesuaian Diri



3. Uji t-test

Uji *independent sample t-test* guna mengujikan rata-rata dari dua kelompok data responden, yang mana keolmpoknya bisa terdiri dari jenis kelamin, usia, kelas, tingkatan dll.⁶ Peneliti melakukan uji t-test

⁶ Duwi Priyanto, *SPSS : Panduan Mudah Olah Data Bagi Mahasiswa & Umum*.

menggunakan *software IBM SPSS Statistic 21* dengan hasil uji t-test sebagai berikut

a. Analisis Rata-Rata *Grit* Santri Madrasah Aliyah (MA) Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.9 Hasil Uji T-Test *Grit* Santri Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	N	Mean	Sig. Levene's Test for Equality of Variances	Sig. 2 tailed
				Equal variances assumed	
<i>Grit</i>	Laki-Laki	60	36,70	.880	.984
	Perempuan	95	36,77		

Pada Tabel 4.9 sampel N laki-laki sebanyak 60 santri, rata-rata *grit* santri laki-laki adalah 36,70 sedangkan sampel N pada santri perempuan sebanyak 95 santri, rata-rata *grit* 36,77 hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan rata-rata *grit* kelompok santri laki-laki dan santri perempuan yakni 0,07.

Untuk mengetahui signifikansi atau tidaknya suatu kelompok dalam instrumen dapat diperhatikan pada kolom *sig. Levene's Test for Equality of Variances* nilai signifikansi sebesar $0,880 > 0,05$ yang artinya antar kelompok santri laki-laki dan santri perempuan bersifat homogen/sama. Dapat ditarik kesimpulan pada tabel uji t-test pada kolom *equal variances assumed*. Nilai sig. 2 tailed pada kolom ialah $0,984 >$ dari nilai probabilitas 0,05. Simpulannya tidak ada perbedaan yang signifikan antar *grit* santri laki-laki dan santri perempuan.

b. Analisis Rata-Rata Stres Akademik Santri Madrasah Aliyah (MA) Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.10 Hasil Uji T-Test Stres Akademik Santri Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	N	Mean	Sig. Levene's Test for Equality of Variances	Sig. 2 tailed
				Equal variances assumed	
Stres Akademik	Laki-Laki	60	37,10	.618	.830
	Perempuan	95	37,05		

Pada Tabel 4.10 sampel N laki-laki sebanyak 60 santri, rata-rata Stres Akademik santri laki-laki adalah 37,10 sedangkan sampel N pada santri perempuan sebanyak 95 santri, rata-rata Stres Akademik adalah 37.05 hal ini menunjukkan perbedaan rata-rata stres Akademik kelompok santri laki-laki dan santri perempuan yakni 0,05.

Untuk mengetahui signifikansi atau tidaknya suatu kelompok dalam instrumen dapat diperhatikan pada kolom *sig. Levene's Test for Equality of Variances* nilai signifikansi $0,618 > 0,05$ artinya antar kelompok santri laki-laki dan santri perempuan bersifat homogen/sama. Sehingga penafsiran pada tabel uji t-test mengacu pada kolom *equal variances assumed*. Nilai sig. 2 tailed ialah $0,830 >$ dari nilai probabilitas 0,05. Simpulannya tidak ada perbedaan yang signifikan antar Stres Akademik santri laki-laki dan santri perempuan.

c. Analisis Rata-Rata Penyesuaian Diri Santri Madrasah Aliyah (MA) Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.11 Hasil Uji T-Test Penyesuaian Diri Santri Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	N	Mean	Sig. Levene's Test for Equality of Variances	Sig. 2 tailed
				Equal variances assumed	
Penyesuaian Diri	Laki-Laki	60	68.90	.572	.524
	Perempuan	95	69.84		

Pada Tabel 4.12 sampel N laki-laki sebanyak 60 santri, rata-rata Stres Akademik santri laki-laki adalah 68,90 sedangkan sampel N pada santri perempuan sebanyak 95 santri, dengan rata-rata Penyesuaian Diri 69,84 hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata Penyesuaian Diri kelompok santri laki-laki dan santri perempuan yakni 1,06.

Untuk mengetahui signifikansi atau tidaknya suatu kelompok dalam instrumen dapat diperhatikan pada kolom *sig. Levene's Test for Equality of Variances* nilai signifikansi sebesar $0,572 > 0,05$ yang artinya antar kelompok santri laki-laki dan santri perempuan bersifat homogen/sama. Sehingga penafsiran pada tabel uji t-test mengacu pada kolom *equal variances assumed*. Nilai sig. 2 tailed ialah $0,524 >$ dari nilai probabilitas 0,05. Simpulannya tidak ada perbedaan yang signifikan antara Penyesuaian Diri santri laki-laki dan santri perempuan.

4. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji asumsi yang digunakan pertama kali ialah uji normalitas. Tujuannya diperuntukkan untuk memenuhi syarat uji hipotesis (regresi linier sederhana) dan untuk mengetahui

normal tidaknya data dari variabel x , y_1 dan y_2 .⁷ Pada uji ini tabel *one sampel Kolmogorov-Smirnov test* sebagai kolom untuk mengambil keputusan. Dengan ketentuan nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka data variabel x , variabel y_1 dan variabel y_2 dinyatakan berdistribusi normal, begitu pula sebaliknya.⁸ Hasil uji normalitas pada variabel *Grit*, Stres Akademik dan Penyesuaian Diri dapat dilihat pada tabel di bawah:

1) *Grit* dengan Stres Akademik

Tabel 4.12 Hasil Uji Normalitas Skala *Grit* dan Skala Stres Akademik menggunakan *Kolmogrov-Smirnov Test*.

		Unstandardized Residual
Normal Parameters	Mean	.0000000
	Std. Deviation	3,28610817
Most Extreme Differences	Absolute	.049
	Positif	.049
	Negatif	-.027
Kolmogorov-Smirnov Z		.616
Asymp. Sig (2-tailed)		.843

Pada kolom Asymp. Sig (2-tailed) nilai signifikansinya ditunjukkan dengan nilai $0,834 > 0,05$ artinya variabel *grit* dan variabel stres akademik berdistribusi normal. Artinya Syarat uji regresi linier sederhana terpenuhi.⁹

2) *Grit* dengan Penyesuaian Diri

Tabel 4.13 Hasil Uji Normalitas Skala *Grit* dan Skala Penyesuaian Diri menggunakan *Kolmogrov-Smirnov Test*.

⁷ Duwi Priyanto.

⁸ Selamat Riyanto dan Aglis Andhita Hatmawan, *metode riset penelitian kuantitatif penelitian dibidang manajemen, teknik, pendidikan dan eksperimen*, Cetakan 1 (CV. Budi Utama, 2020).

⁹ Sahid Raharjo, "Panduan Lengkap Uji Analisis Regresi Linear Sederhana dengan SPSS," *Olah Data Statistik Dengan SPSS* (blog), 2017, <http://www.spssindonesia.com/2017/03/uji-analisis-regresi-linear-sederhana.html>.

		Unstandardized Residual
Normal Parameters	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.18958673
Most Extreme Differences	Absolute	.044
	Positif	.044
	Negatif	-.027
Kolmogorov-Smirnov Z		.549
Asymp. Sig (2-tailed)		.924

Pada kolom Asymp. Sig (2-tailed) nilai signifikansinya ditunjukkan dengan nilai $0,924 > 0,05$ artinya variabel *grit* dan variabel stres akademik berdistribusi normal. Artinya syarat uji regresi linier sederhana terpenuhi.¹⁰

3) Stres Akademik dengan Penyesuaian Diri

Tabel 4.14 Hasil Uji Normalitas Skala Stres Akademik dan Skala Penyesuaian Diri menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test*.

		Unstandardized Residual
Normal Parameters	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.84194950
Most Extreme Differences	Absolute	.044
	Positif	.044
	Negatif	-.029
Kolmogorov-Smirnov Z		.543
Asymp. Sig (2-tailed)		.930

Pada kolom Asymp. Sig (2-tailed) nilai signifikansinya dengan nilai $0,930 > 0,05$ artinya variabel Stres Akademik dan variabel penyesuaian diri berdistribusi normal. Artinya Syarat uji regresi linier sederhana terpenuhi.¹¹

¹⁰ Sahid Raharjo.

¹¹ Sahid Raharjo.

b. Uji Linearitas

1) Skala Grit dan Stres Akademik

Tabel 4.15 Hasil Uji Linearitas dengan ANOVA Tabel Skala
Grit dan Stres Akademik

Stres Akademik- <i>Grit</i>		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
	(combined)	1612,485	17	94,852	3,447	.000
	Linearity	1234,437	1	1244,437	44,865	.000
	Deviation from Linearity	378,048	16	23,628	.859	.617
Within Groups		3769,451	137	27,514		
Total		5381,935	154			

Berdasarkan tabel 4.15 disimpulkan bahwasanya variabel (x) *grit* dan variabel stres akademik (Y_1) terdapat hubungan yang linier. Dikarenakan nilai signifikansi pada kolom *Deviation from Linearity* sebesar $0,617 > 0,05$.

2) Skala Grit dan Penyesuaian Diri

Tabel 4.16 Hasil Uji Linearitas dengan ANOVA Tabel Skala
Grit dan Penyesuaian Diri

Penyesuaian Diri- <i>Grit</i>		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
	(combined)	1373,525	14	98,109	3.381	.000
	Linearity	928,231	1	928,231	31,993	.000
	Deviation from Linearity	445,294	13	34,253	1,181	.300

Within Groups	4061,959	140	29,014		
Total	5435,484	154			

Berdasarkan tabel 4.16 disimpulkan bahwasanya variabel (x) *grit* dan variabel penyesuaian diri (Y₂) terdapat hubungan yang linier. Dikarenakan nilai signifikansi pada kolom *Deviation from Linearity* sebesar $0,300 > 0,05$.

3) Skala Stres Akademik dan Penyesuaian Diri

Tabel 4.17 Hasil Uji Linearitas dengan ANOVA Tabel Skala Stres Akademik dan Penyesuaian Diri

Penyesuaian Diri- Stres Akademik		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
	(combined)	727,464	17	42,792	1,260	.228
	Linearity	126,166	1	126,166	3,714	.056
	Deviation from Linearity	601,298	16	37,581	1,106	.355
Within Groups		4654,471	137	33,974		
Total		5381,935	154			

Berdasarkan tabel 4.17 disimpulkan bahwasanya variabel (Y₁) Stres Akademik dan variabel Penyesuaian Diri (Y₂) terdapat hubungan yang linier. Dikarenakan nilai signifikansi pada kolom *Deviation from Linearity* sebesar $0,355 > 0,05$.

5. Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini menggunakan uji regresi linier sederhana guna uji hipotesis. Uji regresi linier digunakan untuk mencari tahu ada tidaknya pengaruh yang signifikansi antar variabel independen (X) dengan variabel dependen (Y₁ dan Y₂), untuk mencari tahu pengaruh

tiga variabel tersebut mempunyai pengaruh positif atau pengaruh negatif, seberapa besar pengaruh tersebut dan memprediksi nilai variabel dependen menggunakan variabel independen.¹² Hipotesis yang diujikan dalam penelitian ini ialah:

- a. H0₁: Tidak Ada Pengaruh antara *Grit* dengan Stress Akademik pada Santri Madrasah Aliyah (MA) yang sedang Menempuh Pendidikan di Pondok Pesantren al-Madaniyah Jaro
- b. Ha₁: Ada Pengaruh antara *Grit* dengan Stress Akademik pada Santri Madrasah Aliyah (MA) yang sedang Menempuh Pendidikan di Pondok Pesantren al-Madaniyah Jaro
- c. H0₂: Tidak Ada Pengaruh antara *Grit* dengan Penyesuaian Diri pada Santri Madrasah Aliyah (MA) yang sedang Menempuh Pendidikan di Pondok Pesantren al-Madaniyah Jaro
- d. Ha₂: Ada Pengaruh antara *Grit* dengan Penyesuaian Diri pada Santri Madrasah Aliyah (MA) yang sedang Menempuh Pendidikan di Pondok Pesantren al-Madaniyah Jaro
- e. H0₃: Tidak Ada Pengaruh antara Stres Akademik dengan Penyesuaian Diri pada Santri Madrasah Aliyah (MA) yang sedang Menempuh Pendidikan di Pondok Pesantren al-Madaniyah Jaro
- f. Ha₃: Ada Pengaruh antara Stres Akademik dengan Penyesuaian Diri pada Santri Madrasah Aliyah (MA) yang sedang Menempuh Pendidikan di Pondok Pesantren al-Madaniyah Jaro

Uji hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linier sederhana dengan *software IBM SPSS Statistics 21* sebagai berikut:

¹² Duwi Priyanto, *SPSS : Panduan Mudah Olah Data Bagi Mahasiswa & Umum*.

1) Uji Regresi Linier Sederhana Variabel *grit* dan stres akademik

Tabel 4.18 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana Variabel *grit* dan stres akademik

Variabel	R	R. Square	t hitung	t tabel	F hitung	F tabel
<i>Grit</i> dan Stres Akademik	.205	.042	-2,592	1,975	6,719	3,90
Sig.						.010
Unstandardized Coefficients						24,876
Koefisien regresi						-.207

Dari hasil uji hipotesis di atas nilai korelasi/hubungan (R) 0,205 sedangkan untuk koefisien determinasinya (R Square) 0,042 artinya variabel *grit* berpengaruh terhadap stres akademik sebesar 4,2%. Kemudian diketahui F hitung sebesar 6,719 dengan tingkat signifikansi $0,010 < 0,05$ maka terdapat pengaruh antara variabel *grit* dan stres akademik. Dari *output* tersebut diketahui nilai *constant* (a)/ *Unstandardized Coefficients* sebesar 24,876 angka ini menunjukkan nilai konsistensi variabel stres akademik sedangkan nilai koefisien regresinya sebesar -0,207 yang dimana dengan ini menyatakan setiap penambahan 1% nilai *grit* maka nilai stres akademik bertambah sebesar -0,207. Koefisien regresi bernilai negatif sehingga arah pengaruh variabel *grit* (X) terhadap stres akademik (Y₁) memiliki pengaruh negatif. Berdasarkan nilai signifikansi dari tabel di atas mempunyai nilai signifikansi sebesar $0,010 < 0,05$ sehingga ditarik kesimpulan terdapat pengaruh antar variabel *grit* dan variabel stres akademik. Berdasarkan nilai t hitung sebesar $-2,592 < t \text{ tabel } 1,975$ sehingga variabel *grit* (X) berpengaruh negatif terhadap stres akademik (Y₁). Jadi, H_{a1} dapat diterima karena Ada Pengaruh antara *Grit* dengan Stress Akademik pada

Santri Madrasah Aliyah (MA) di Pondok Pesantren al-Madaniyah Jaro Tabalong.

2) Uji Regresi Linier Sederhana Variabel *grit* dan Penyesuaian Diri

Tabel 4.19 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana Variabel *grit* dan penyesuaian Diri

Variabel	R	R. Square	t hitung	t tabel	F hitung	F tabel
<i>Grit</i> dan Penyesuaian Diri	.479	.229	6,784	1,975	45,538	3,90
Sig.						.000
Unstandardized Coefficients						37,961
Koefisien regresi						.853

Dari hasil uji hipotesis di atas nilai korelasi/hubungan (R) 0,479 sedangkan untuk koefisien determinasi nya (R Square) 0,229 artinya variabel *grit* berpengaruh terhadap penyesuaian diri sebesar 22,9%. Kemudian diketahui F hitung sebesar 45,538 dengan tingkat signifikansi $0,000 < 0,05$ maka terdapat pengaruh antar variabel *grit* dan penyesuaian diri. Dari *output* tersebut diketahui nilai *constant* (a) / *Unstandardized Coefficients* sebesar 37,961 angka ini menunjukkan nilai konsistensi variabel penyesuaian diri sedangkan nilai koefisien regresinya sebesar 0,853 yang dimana dengan ini menyatakan setiap penambahan 1% nilai *grit* maka nilai penyesuaian diri bertambah sebesar 0,853. Koefisien regresi bernilai positif sehingga arah pengaruh variabel *grit* (X) terhadap penyesuaian diri (Y₂) memiliki pengaruh positif. Berdasarkan nilai signifikansi dari tabel di atas mempunyai

nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga ditarik kesimpulan terdapat pengaruh antar variabel *grit* dan variabel penyesuaian diri. Berdasarkan nilai *t* hitung sebesar $6,784 > t$ tabel $1,975$ sehingga variabel *grit* (X) berpengaruh positif terhadap penyesuaian diri (Y₂). Jadi, Ha₂ dapat diterima karena Ada Pengaruh antara *Grit* dengan Penyesuaian Diri pada Santri Madrasah Aliyah (MA) di Pondok Pesantren al-Madaniyah Jaro Tabalong.

3) Uji Regresi Linier Sederhana stres akademik dan penyesuaian diri

Tabel 4.20 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana Variabel stres akademik dan penyesuaian diri

Variabel	R	R. Square	t hitung	t tabel	F hitung	F tabel
Stres Akademik dan Penyesuaian Diri	.153	.023	-1,916	1,975	3,673	3,90
Sig.						.000
Unstandardized Coefficients						79,265
Koefisien regresi						-.057

Dari hasil uji hipotesis di atas nilai korelasi/hubungan (R) 0,153 sedangkan untuk koefisien determinasi nya (R Square) 0,023 artinya variabel stres akademik berpengaruh terhadap penyesuaian diri sebesar 2,3%. Kemudian diketahui F hitung sebesar 3,673 dengan tingkat signifikansi $0,00 < 0,05$ maka terdapat pengaruh antara variabel stres akademik dan penyesuaian diri. Dari *output* tersebut diketahui nilai *constant* (a) / *Unstandardized Coefficients* sebesar 79,265 angka ini menunjukkan nilai konsistensi variabel penyesuaian diri sedangkan nilai koefisien regresinya sebesar 0,057 yang dimana

dengan ini menyatakan setiap penambahan 1% nilai stres akademik maka nilai penyesuaian diri bertambah sebesar -0,057. Koefisien regresi bernilai negatif sehingga arah pengaruh variabel stres akademik (Y_1) terhadap penyesuaian diri (Y_2) memiliki pengaruh negatif. Berdasarkan nilai signifikansi dari tabel di atas mempunyai nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat ditarik kesimpulan terdapat pengaruh antar variabel stres akademik dan variabel penyesuaian diri. Berdasarkan nilai t hitung $-1,916 < t$ tabel $1,975$ sehingga variabel stres akademik (Y_1) berpengaruh negatif terhadap penyesuaian diri (Y_2). Jadi, H_{a3} diterima karena Ada Pengaruh antara Stres Akademik dengan Penyesuaian Diri pada Santri Madrasah Aliyah (MA) di Pondok Pesantren al-Madaniyah Jaro. Tabalong.

6. Perhitungan Aspek Pembentuk Utama

a. Aspek Pembentuk *Grit*

Aspek pembentuk utama pada variabel *grit* terdapat dua aspek yaitu *passion* dan *perseverance* cara mengetahui nilai dari setia aspek ialah membagi skor total tiap aspek dengan skor total variabel:

$$Passion \quad : \quad \frac{2757}{5695} \times 100\% = 48\%$$

$$Perseverance \quad : \quad \frac{2936}{5695} \times 100\% = 52\%$$

Berdasarkan perhitungan di atas, aspek pembentuk yang paling dominan pada variabel *grit* ialah *Perseverance* dengan presentase sebanyak 52% sedangkan aspek *Passion* dengan presentase sebanyak 48%. Dengan kata lain aspek yang lebih berperan dalam membentuk variabel *grit* ialah aspek *Perseverance* sedangkan aspek *passion* memiliki peran yang lebih rendah.

b. Aspek Pembentuk Stres Akademik

Aspek pembentuk utama pada variabel stres akademik terdapat lima aspek yaitu tekanan studi, beban kerja, khawatir akan nilai, ekspektasi diri dan keputusasaan. Cara mengetahui nilai dari setiap aspek ialah membagi skor total tiap aspek dengan skor total variabel:

$$\text{Tekanan Studi : } \frac{1190}{5735} \times 100\% = 21\%$$

$$\text{Beban Kerja : } \frac{799}{5735} \times 100\% = 14\%$$

$$\text{Khawatir Nilai : } \frac{1809}{5735} \times 100\% = 31\%$$

$$\text{Ekspektasi Diri : } \frac{833}{5735} \times 100\% = 15\%$$

$$\text{Keputusasaan : } \frac{1104}{5735} \times 100\% = 19\%$$

Berdasarkan perhitungan di atas, aspek pembentuk yang paling dominan pada variabel stres akademik ialah Khawatir akan Nilai dengan presentase sebanyak 31% disusul dengan aspek tekanan studi sebanyak 21% kemudian aspek keputusasaan sebanyak 19% sedangkan aspek ekspektasi diri dengan presentase 15% dan aspek beban kerja 14%. Dengan kata lain aspek yang lebih berperan dalam membentuk variabel stres akademik ialah aspek khawatir akan nilai kemudian aspek tekanan studi diikuti dengan aspek keputusasaan lalu pada posisi dua aspek memiliki peran yang lebih rendah ialah aspek ekspektasi diri dan beban kerja.

c. Aspek Pembentuk Penyesuaian Diri

Aspek pembentuk utama pada variabel penyesuaian diri terdapat tujuh aspek yaitu emosionalitas yang tidak berlebih, tidak ada mekanisme psikologis, tidak ada frustrasi personal, kemampuan untuk belajar, pemanfaatan pengalaman masa lalu, sikap realistik dan objektif serta pertimbangan rasional dan pengarahan diri. Cara mengetahui nilai dari setiap aspek ialah dengan membagi skor total tiap aspek dengan skor total variabel:

$$\begin{array}{l} \text{Emosionalitas yang} \\ \text{tidak berlebih} \end{array} \quad \frac{2410}{11241} \times 100\% = 21\%$$

$$\begin{array}{l} \text{Tidak terdapat} \\ \text{mekanisme} \\ \text{psikologis} \end{array} \quad \frac{1336}{11241} \times 100\% = 12\%$$

$$\begin{array}{l} \text{Tidak ada frustrasi} \\ \text{personal} \end{array} \quad \frac{1405}{11241} \times 100\% = 13\%$$

$$\begin{array}{l} \text{Kemampuan untuk} \\ \text{belajar} \end{array} \quad \frac{1922}{11241} \times 100\% = 17\%$$

$$\begin{array}{l} \text{Pemanfaatan} \\ \text{pengalaman masa} \\ \text{lalu} \end{array} \quad \frac{925}{11241} \times 100\% = 8\%$$

$$\begin{array}{l} \text{sikap realistik dan} \\ \text{objektif} \end{array} \quad \frac{1009}{11241} \times 100\% = 9\%$$

$$\begin{array}{l} \text{pertimbangan} \\ \text{rasional dan} \\ \text{pengarahan diri} \end{array} \quad \frac{2234}{11241} \times 100\% = 20\%$$

Berdasarkan perhitungan di atas, aspek pembentuk yang paling dominan pada variabel penyesuaian diri ialah emosionalitas yang tidak berlebih dengan presentase sebanyak 21% disusul dengan aspek pertimbangan rasional dan pengarahan diri 20% kemudian aspek kemampuan untuk belajar diposisi ketiga sebanyak 17% lalu aspek tidak ada frustrasi personal dengan presentase sebanyak 13% kemudian 12% untuk aspek tidak terdapat mekanisme psikologis sedangkan aspek sikap realistik dan objektif dengan presentase 9% dan aspek pemanfaatan pengalaman masa lalu sebanyak 8%. Dengan kata lain aspek yang lebih berperan dalam membentuk variabel penyesuaian diri ialah aspek emosionalitas yang tidak berlebih, pertimbangan rasional dan pengarahan diri, kemampuan untuk belajar, tidak ada frustrasi personal, tidak terdapat mekanisme psikologis. Lalu pada posisi dua aspek memiliki peran yang lebih rendah ialah aspek sikap realistik dan objektif dan aspek pemanfaatan pengalaman masa lalu.

D. Pembahasan

1. Tingkat *Grit* Santri Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, data yang didapat dari lapangan menunjukkan bahwa *grit* yang dimiliki santri Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro 0% memiliki kategori rendah, 75% memiliki kategori sedang, 25% memiliki kategori tinggi. Dari data yang didapat, santri memiliki tingkat sedang untuk variabel *grit*. Hal ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Nafi'atul Badi'ah dimana tingkat *grit* pada santri MA Pondok Pesantren Modern "X" mempunyai presentase rendah sebesar 3,5%, presentase sedang sebesar 80,6%, dan tinggi sebesar 15,9% yang artinya penelitian tersebut memiliki hasil yang sama yaitu tingkat sedang yang lebih dominan

dalam variabel *grit*.¹³ Artinya santri yang memiliki *grit* yang cukup baik dapat memnunjng kinerja akademik yang cukup maksimal dalam proses belajar. Karena *grit* merupakan salah satu faktor non kognitif dalam aspek psikologi yang dapat meningkatkan prestasi akademik siswa, keberhasilan karir, keberhasilan kehidupan dan juga pemecahan masalah dalam kehidupan sehari-hari.¹⁴

Pada hasil penelitian ini aspek *perseverance* dengan nilai sebesar 52% yang lebih dominan. Dengan kata lain santri memiliki usaha yang kuat yang dominan dalam menunjang kesuksesan akademik, disertai dengan rasa tanggung jawab yang besar untuk menyelesaikan tugas yang diberikan dan kegigihan dalam proses belajar. Sedangkan dari aspek *passion* masih kurang dominan tetapi cukup besar dengan presentase 48% dimana fokus untuk mencapai suatu target dalam belajar maupun minat mudah teralihkan, hal ini dikarenakan remaja santri sedang dalam fase pencarian jati diri dan pencarian tujuan sehingga santri masih sulit menetatkan tujuan besar yang ingin dicapai. Ada pun dengan banyaknya kegiatan yang dilakukan santri dapat membuat paraa santri memilih minat mana yang mereka gemari tetapi kekurangannya hal ini dapat membuat santri sedikit labil untuk menentukan minat yang akan mereka tekuni.

Grit menjadi prediktor pada keberhasilan seseorang dalam bekerja dan juga dalam proses belajar di sekolah. Faktor non kognitif yang dapat seseorang untuk bekerja lebih keras mencapai tujuannya ialah dengan komponen *Grit*. Fokus untuk mencapai apa yang menjadi tujuan dan gigih saat bekerja dapat membuat seseorang berhasil dalam pekerjaannya. Penelitian ini menyebutkan *grit* berperan menyumbangkan keberhasilan kerja yang sangat besar. Dengan *grit* tinggi seseorang akan lebih gigih dan fokus dalam bekerja sehingga

¹³ Nafi'atul Badi'ah, "hubungan antara grit dengan subjective wellbeing pada siswa madrasah aliyah di pondok pesantren darul hikmah tulungagung" (Surabaya, 2020).

¹⁴ Muhamad Takiuddin dan Muhammad Husnu, "Grit dalam Pendidikan" 4, no. 2 (2020).

dapat mencapai hasil yang maksimal dan mengantar seseorang dapat mencapai kesuksesan.¹⁵

2. Tingkat Stres Akademik Santri Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro

Berdasarkan dari hasil penelitian yang didapat dari peneliti, stres akademik memiliki tingkat presentase sebesar 0% untuk tingkat rendah, untuk tingkat sedang sebanyak 89% sedangkan untuk tingkat tinggi sebanyak 11%. Dari penelitian yang didapat presentase paling dominan yaitu di tingkat sedang sebanyak 89% hal ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Nedra Meutia Fauziah terdapat tingkat sedang sebesar 63,31 lebih kecil dari rata-rata nilai hipotetiknya 70.¹⁶

Pada variabel stres akademik santri memiliki presentase dominan pada aspek khawatir akan nilai sebanyak 31%. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan di Indonesia masih menitik beratkan pada kuantitas peserta didik bukan kualitas sehingga tingkat khawatir akan nilai atau dengan kata lain nilai adalah segalanya menjadi perhatian yang sangat dominan sehingga menimbulkan aspek ini menjadi lebih tinggi. Sedangkan pada aspek lain tekanan studi dan keputusan juga memiliki peran yang cukup besar pada stres akademik santri yaitu sebanyak 21% dan 19%. Dengan ini menunjukkan bahwa santri masih merasa tertekan karena tuntutan dari lingkungan bahkan tuntutan dari diri sendiri membuat santri merasa terbebani. Di sisi lain kurangnya rasa percaya diri dan penurunan konsentrasi menyebabkan santri menjadi mudah putus asa dalam menjalani kegiatan belajar. Kemudian dua aspek lainnya yang cukup rendah peranannya ialah aspek ekspektasi diri dan beban kerja dengan presentase sebesar 15% dan 14% hal ini

¹⁵ Fernandez-Martin F, Arco-Tirado J., dan Torres M., "Grit as a Predictor and Outcome of Educational, Professional, and Personal Success: A Systematic Review. *Psicologia Educativa*," 2020.

¹⁶ Nenden Maesaroh dan Yani Achdiani, "Tugas dan Fungsi Pesantren di Era Modern," 1, 7 (2017).

menunjukkan bahwa santri kesulitan dalam menerima beban kerja atau tugas maupun kegiatan yang cukup variatif. Santri masih memiliki standar diri yang tinggi dan agak kurang sebanding dengan usaha yang dilakukan.

Stres akademik ialah sebuah stres yang disebabkan oleh *academic stressor*. *Academic stressor* bersumber dari proses pembelajaran atau yang berhubungan dengan kegiatan seperti tuntutan naik kelas, tuntutan untuk mengerjakan tugas yang banyak, nilai ulangan yang tinggi, keputusan untuk menentukan jurusan, kecemasan pada ujian, dan tuntutan untuk manajemen waktu belajar.¹⁷

3. Tingkat Penyesuaian Diri Santri Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro

Berdasarkan dari hasil penelitian yang didapat dari peneliti, penyesuaian diri memiliki tingkat presentase sebesar 0% untuk tingkat rendah, untuk tingkat tinggi sebanyak 55% sedangkan untuk tingkat sedang sebanyak 45%. Dari penelitian yang didapat presentase paling dominan yaitu di tingkat tinggi sebanyak 54% hal ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh subjek penelitian yang dimana para santri baru dapat menyesuaikan diri dengan kegiatan-kegiatan pondok pesantren terlihat hingga menjelang kenaikan kelas, yang dimana mereka mampu memenuhi tuntutan dari lingkungan mereka terkait menaati peraturan yang ada baik norma agama dan norma sosial.¹⁸

Aspek yang dominan pada variabel penyesuaian diri ini ialah aspek emosionalitas yang tidak berlebih dan aspek pertimbangan rasional & pengarahan diri dengan presentase sebesar 21% dan 20%. Santri mampu mengontrol emosi dan mengontrol diri dengan baik agar dapat menyesuaikan diri (internal) guna beradaptasi ke lingkungan (eksternal). Santri juga dapat menjalankan kegiatan sehari-hari dengan

¹⁷ Mufadhal Barseli dan Ifdil Ifdil, "Konsep Stres Akademik Siswa" 5, no. 3 (2017).

¹⁸ Rahmat Irfani, "penyesuaian diri santri di pondok pesantren terhadap kegiatan pesantren" (Jakarta, universitas islam negeri syarif hidayatullah, 2004).

rasional dan menjalankan kehidupan sehari-hari sesuai syariat baik norma agama maupun norma sosial. Adapun aspek yang cukup berpengaruh selanjutnya ialah aspek kemampuan untuk belajar, aspek tidak ada frustrasi personal dan aspek tidak terdapat mekanisme psikologis dengan presentase sebesar 17%, 13% dan 12% . kemampuan untuk melihat sisi baik dari suatu hal baik atau dapat mengambil hikmah dari apa yang telah terjadi di kehidupan serta santri memiliki rasa tanggung jawab dengan tugas yang diberikan pada mereka selama di dalam pondok. Santri juga mampu untuk menghadapi persoalan dengan cukup baik dan dapat memajemen stres atau tekanan dengan cukup baik selama memondok di Pondok Pesantren Al-Madaniyah Jaro. Untuk aspek yang cukup rendah pada dua aspek yaitu aspek sikap realistis dan objektif serta aspek pemanfaatan pengalaman masa lalu Dengan presentase 9% dan 8% . Dengan kata lain santri masih kurang menyerap pengalaman masa lalu sebagai referensi masa sekarang, santri juga kurang bisa menyikapi permasalahan dengan realistis dan objektif guna mengambil keputusan yang tepat.

Penelitian yang dilakukan Meidiana Pritaningrum dan Wiwin Hendriani Bentuk menyebutkan bahwasanya bentuk dari perilaku penyesuaian diri ialah dengan beradaptasi, yaitu mengubah tingkah laku agar sesuai dengan lingkungan. Meliputi kondisi fisik, kepribadian, dibidang akademik, kegiatan keagamaan, lingkungan sosial, kebudayaan pesantren (kegiatan di luar kelas). Kewajiban untuk tinggal di dalam pondok tentunya menuntut santri untuk menyesuaikan kegiatan maupun kebudayaan di dalam pondok guna tercipta lingkungan yang kondusif dan harmonis. Begitu pula para santri harus menaati peraturan yang berlaku di pondok.¹⁹

¹⁹ Meidiana Pritaningrum dan Wiwin Hendriani, "Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik Pada Tahun Pertama" 02, no. 03 (2013).

4. Pengaruh *Grit* dengan Stres Akademik oleh Santri Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti lakukan didapatkan bahwasanya *Grit* memiliki pengaruh terhadap Stres Akademik Santri Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro yang dimana ditunjukkan nilai R square pada uji regresi linier sebesar 0,042% atau 4,2%. Sedangkan 95,8% yang dapat menimbulkan Stres Akademik santri dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

Grit memiliki peran yang dominan dalam membentuk Stres Akademik Santri Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro ditunjukkan pada F hitung sebesar 6,719 dengan tingkat signifikansi $0,010 < 0,05$ maka terdapat pengaruh antara variabel *grit* dan stres akademik. Berdasarkan nilai t hitung sebesar $-2,592 < t$ tabel 1,975 sehingga variabel *grit* (X) berpengaruh negatif terhadap stres akademik (Y_1).

Menurut Cristopoulou dkk yang dimana mereka melakukan penelitian berkaitan dengan *grit* menunjukkan bahwa peran *grit* dalam pendidikan memiliki korelasi yang positif dengan berbagai variabel yang terdapat dalam pendidikan.²⁰ Sedangkan berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti hubungan variabel *grit* dan variabel stres akademik memiliki pengaruh negatif yang dimana semakin tinggi *grit* seseorang santri maka stres akademiknya rendah begitupula sebaliknya.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, adapun yang sejalan dengan teori yang disampaikan Duckworth yang dimana terdiri dari dua dimensi yaitu dapat mempertahankan level konsistensi pada minat dalam jangka waktu yang lama dan ketekunan pada usaha dalam jangka

²⁰ Maria Christopoulou dkk., "The Role of Grit in Education: A Systematic Review," *Psychology*, 9 (2018).

waktu yang lama pula sehingga dapat mengatasi tekanan atau hambatan dalam mengerjakan tugas akademik.²¹

Grit dapat mendorong santri untuk terus melakukan perilaku yang orientasinya pada tujuan yang ingin ia capai, walaupun dalam prosesnya terdapat rintangan, kesulitan, hambatan maupun keputusasaan, Santri yang memiliki *grit* yang tinggi dicitra tidak gampang mudah bosan dia akan menjadi lebih terdorong untuk mengatasi hambatan dan tidak mudah berputus asa dalam proses pembelajaran di dalam kelas dan kegiatan-kegiatan lainnya di pondok.²²

Hasil dari penelitian terdahulu dengan judul “Pengaruh *Grit* terhadap Stres Akademik pada Dokter Muda (*Co-assisstant*)” . Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *grit* terhadap stres akademik pada dokter muda (*co-assisstant*) di Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin ($p = 0,000 < 0,05$). Variabel *grit* memberikan pengaruh sebesar 7,8% terhadap stres akademik dan 92,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian.²³

Penelitian dengan judul “Pengaruh Kegigihan (*Grit*) terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Semester VI Program Studi Ilmu-Ilmu Kesehatan di PTS Kabupaten Banyumas” dilakukan oleh Dea Asri Oktiarini pada tahun 2018. Yang dimana hasilnya menunjukkan adanya pengaruh *grit* terhadap stres akademik dengan presentase sebesar 42,2% sedangkan sisanya 57,8% dipengaruhi faktor lain.²⁴ Dari hasil analisis penelitian ini dan diperkuat dengan hasil penelitian sebelumnya, dapat diuraikan bahwasanya santri yang mempunyai *Grit* atau kegigihan yang tinggi dalam menempuh pendidikan dan kehidupan

²¹ Angela Duckworth, *Grit: The Power of Passion and Perseverance* (New York: An Imprint of Simon & Schuster, Inc., 2016).

²² Nurfaidah Ardis dan Mira Aliza, “Grit as a Solution for Academic Stress in Students during the Covid-19 Pandemic: Grit Sebagai Solusi Stres Akademik pada Pelajar di Masa Pandemi Covid-19” 1, no. 01 (2021).

²³ Sri Wahyunianti, Lukman, dan Asmulyani Asri, “Pengaruh Grit terhadap Stres Akademik pada Dokter Muda (*Co-assisstant*)” 2, no. 1 (2022).

²⁴ Dea Asri Oktiarini, “pengaruh kegigihan (*grit*) terhadap stres akademik pada mahasiswa semester vi program studi ilmu-ilmu kesehatan di pts kabupaten banyumas” (purwokerto, universitas muhammadiyah purwokerto, 2018).

di pondok mampu mempengaruhi atau dapat menurunkan stres akademik dan membuat santri terbebas dari tekanan beban studi yang ada serta membantu santri mengatasi hambatan atau masalah yang ada.

Dalam islam Jauh sebelum adanya *grit* manusia sudah diperintahkan untuk berusaha dan berjuang dalam menghadapi suatu hambatan, hal ini tercantum dalam firman Allah swt dala Surah Ar-Ra'd ayat 11:

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ ۚ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ ۗ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ
حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُمْ مِّنْ دُونِهِ

مِن وَّالٍ

Artinya: *Baginya (manusia) ada malaikat-malaikat yang selalu menjaganya bergiliran, dari depan dan belakangnya. Mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia.*

Menurut tafsir At-Thabari, Ayat ini menjelaskan bahwasanya setiap orang dalam kebaikan dan kenikmatan. Allah swt. tidak akan merubah kenikmatan seseorang kecuali orang itu sendirilah yang merubahnya menjadi keburukan yang disebabkan perilaku zalim dan saling bermusuhan dengan saudaranya sendiri. Sedangkan menurut tafsir Qurthubi faktor yang menyebabkan bekurang atau hilangnya nikmat seseorang itu tidak tunggal melainkan bisa bersumber dari kesalahan anggota keluarga atau komunitas sekitarnya, dengan kata lain kesalahan segelintir orang yang menggoyahkan kekuatan kelompok secara keseluruhan.²⁵

²⁵ Ahmad Mundzir, "Tafsir Ar-Ra'd Ayat 11: Motivasi Mengubah Nasib?," *NU Online* (blog), 2019, Sumber: <https://islam.nu.or.id/tafsir/tafsir-ar-ra-d-ayat-11-motivasi-mengubah-nasib-OcXb8>.

Jika dikaitkan dengan menempuh pendidikan yang perlu perjuangan dan tekad dalam menempuhnya tentunya kita sebagai seorang muslim wajib mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari, terutama dalam menempuh ilmu agama dan ilmu pengetahuan. *Grit* dalam islam merupakan suatu bentuk ikhtiar/usaha seseorang dalam menempuh perubahan keadaan hidup untuk mencapai kesuksesan dunia dan akhirat. Tentunya untuk mencapai kesuksesan tersebut manusia harus menghadapi ujian hidup yang dimana dalam kasus santri di pondok ialah tuntutan akademik dan juga lingkungan di pondok. Salah satu ujian tersebut ialah stres akademik yang dirasakan selama proses pembelajaran di pondok. Maka itulah perlunya meluruskan niat tujuan untuk memilih pondok sebagai tempat untuk mendidik diri agar ujian yang dirasakan dalam perjuangan menempuh pendidikan di pondok dapat dilalui agar dapat menurunkan kadar stres akademik yang dialami.

5. Pengaruh *Grit* dengan Penyesuaian Diri Santri Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti lakukan didapatkan bahwasanya *Grit* memiliki pengaruh terhadap Penyesuaian Diri Santri Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro yang dimana ditunjukkan nilai R square pada uji regresi linier sebesar 0,479 artinya variabel *grit* berpengaruh terhadap penyesuaian diri sebesar 22,9%. Sedangkan 77,1% berasal dari variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Grit memiliki pengaruh yang dominan dalam membentuk Penyesuaian Diri Santri Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro ditunjukkan pada Koefisien regresi bernilai positif sehingga arah pengaruh variabel *grit* (X) terhadap penyesuaian diri (Y₂) memiliki pengaruh positif. Berdasarkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat ditarik kesimpulan terdapat pengaruh antar

variabel *grit* dan variabel penyesuaian diri. Berdasarkan nilai t hitung sebesar $6,784 > t$ tabel $1,975$ sehingga variabel *grit* (X) berpengaruh positif terhadap penyesuaian diri (Y₂).

Menurut Duckworth dan Quinn, Individu yang memiliki *grit* cenderung untuk bekerja keras menghadapi tantangan, dapat mempertahankan usaha serta minat dalam kurun waktu yang panjang meskipun individu tersebut mengalami kegagalan, kesulitan, maupun krisis. *Grit* pada setiap individu memiliki variasi beragam tergantung situasi lingkungan.²⁶

Grit dapat mendorong santri untuk terus melakukan perilaku yang orientasinya pada tujuan yang ingin ia capai, walaupun dalam prosesnya terdapat rintangan, kesulitan, hambatan maupun keputusasaan, Santri yang memiliki *grit* yang tinggi tidak akan mudah bosan karena akan semakin terpacu untuk mengatasi hambatan dan tidak mudah berputus asa dalam proses pembelajaran di dalam kelas dan kegiatan-kegiatan lainnya di pondok.²⁷ *Grit* yang baik dan penyesuaian diri yang baik antara lain patuh pada aturan yang berlaku, kemampuan membagi jadwal kegiatan belajar maupun eskul (*Time Management & Self Management*) serta kegiatan sehari-hari sangatlah diperlukan guna membantu santri dalam mencapai sukses akademik yang diinginkan santri.

Penelitian sebelumnya dengan judul “Hubungan Antara Grit Terhadap Penyesuaian Diri Siswa *Boarding School*” menunjukkan hasil bahwa ada pengaruh signifikan yang positif antar *grit* dengan penyesuaian diri. Artinya, *grit* yang tinggi akan membuat penyesuaian diri semakin tinggi pula. kontribusi variabel *grit* sebesar 9,99% terhadap penyesuaian diri sisanya dipengaruhi variabel lain yang tidak

²⁶ Angela Duckworth dan Patrick D. Quinn, “Development and validation of the short Grit Scale (Grit-S).” 91, no. 2 (2009).

²⁷ Nurfaidah Ardis dan Mira Aliza, “Grit as a Solution for Academic Stress in Students during the Covid-19 Pandemic: Grit Sebagai Solusi Stres Akademik pada Pelajar di Masa Pandemi Covid-19.”

teridentifikasi dalam penelitian. Maka penting bagi pendidik untuk dapat membantu siswanya mengembangkan *grit*. Namun, pendidik juga perlu memahami adanya faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap penyesuaian diri siswa, hal itu dapat dipertimbangkan oleh pengelola asrama untuk terwujudnya lingkungan asrama yang harmonis.²⁸

Adapun penelitian lainnya dengan judul “Peran Grit Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19” yang dimana kedua variabel tersebut memiliki hubungan positif dengan pengaruh *grit* sebesar 53,9% terhadap penyesuaian diri mahasiswanya.²⁹ Yang dimana sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti.

Dalam hadist nabi saw.:

مَنْ خَرَجَ فِي طَلَبِ الْعِلْمِ فَهُوَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ حَتَّى يَرْجِعَ.

“Barangsiapa yang pergi untuk menuntut ilmu, maka dia telah termasuk golongan sabilillah (orang yang menegakkan agama Allah) hingga ia pulang kembali.” (HR. Tirmidzi).

Hadist diatas merupakan suatu acuan yang menjadi tekad kuat untuk menempuh ilmu. Pondok merupakan salah satu tempat untuk menuntut ilmu, akan tetapi pondok memiliki sistem sosial yang luas mulai dari Ustadz/Ustadzah, Para santri, maupun para petugas di lingkungan santri. Dalam interaksi sosial yang berlangsung dipondok tentunya perlu penyesuaian diri di setiap individu agar terciptanya hubungan yang harmonis dalam proses belajar.

Dalam proses pembelajaran hendaklah tercipta akhlak dalam berinteraksi dalam suatu majelis. Baik dari para Ustadz/Ustadzah dan para santri. Hal ini agar lingkungan eksternal menjadi tempat yang mendukung dan aman untuk menempuh ilmu. Hal tersebut akan

²⁸ Raidah Hanifah, Mujidin, dan Ahmad Muhammad Diponegoro, “Hubungan Antara Grit Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Boarding School” 14, no. 02 (2021).

²⁹ Tirza Nahamani, Aditya Nanda Priyatama, dan Afia Fitriani, “Peran Grit Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19” 7, no. 2 (2022).

tercipta jika santri dapat menyesuaikan diri dengan aturan maupun kegiatan harian yang ada di dalam lingkungan pondok pesantren. Begitupula dengan para Ustadz maupun ustadzah yang bisa memberikan contoh dan menjaga ketertiban dalam lingkungan pondok sehingga terciptalah lingkungan yang harmoni untuk ditempati.

6. Pengaruh Stres Akademik dengan Penyesuaian Diri Santri Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti lakukan didapatkan bahwasanya Stres Akademik memiliki pengaruh terhadap Penyesuaian Diri Santri Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro yang dimana ditunjukkan nilai R square pada uji regresi linier dengan nilai (R) sebesar 0,153 sedangkan untuk koefisien determinasi nya (R Square) sebesar 0,023 artinya variabel stres akademik berpengaruh terhadap penyesuaian diri sebesar 2,3%.

Stres akademik memiliki pengaruh yang dominan dalam membentuk Penyesuaian Diri Santri Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro ditunjukkan pada Koefisien regresi bernilai positif sehingga arah pengaruh variabel Stres Akadeimik (Y_1) terhadap penyesuaian diri (Y_2) memiliki pengaruh negatif. Berdasarkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat ditarik kesimpulan terdapat pengaruh antar variabel stres akademik dan variabel penyesuaian diri. Berdasarkan nilai t hitung sebesar $-1,916 < t$ tabel 1,975 sehingga variabel stres akademik (Y_1) berpengaruh negatif terhadap penyesuaian diri (Y_2).

Menurut Sun dkk stres akademik merupakan suatu kondisi tertekan yang dimana dirasakan oleh santri dikarenakan adanya suatu tuntutan akademik, beban kerja, kekhawatiran tentang nilai,

harapan diri dan juga perasaan keputusasaan.³⁰ Stres akademik ini dapat disebabkan oleh faktor internal dan juga faktor eksternal seseorang. Hal ini dapat menurunkan produktivitas dalam berkegiatan dan bahkan dapat menimbulkan rasa sakit pada tubuh. Seorang santri yang mandiri haruslah memiliki kemampuan dalam mengatasi masalah. Hal ini tidak terlepas dari proses penyesuaian diri terhadap lingkungan pondok, penyesuaian interaksi dengan para ustadz/ustadzah dan teman sebaya serta hambatan dalam proses pembelajaran maupun eskul.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ferina Ulfa Nikmatun Erindana dkk, dengan judul “penyesuaian diri dan stres akademik mahasiswa tahun pertama self adjustment and academic stress in first-year university student” hasil yang diperoleh bahwasanya Penyesuaian diri dan stres akademik memiliki hubungan yang negatif . Adapun sumbangan efektif penyesuaian diri terhadap stres akademik adalah sebesar 32,3%.³¹

Pelajar yang memiliki stres akademik tentunya berdampak negatif pada dirinya. Jika stres yang dialami memiliki tingkat tinggi hal itu akan mempengaruhi prestasi akademik sehingga menjadi rendah. Stres akademik juga dapat mempengaruhi penyesuaian diri santri yang dimana hal tersebut menjadikan santri tidak fokus untuk melakukan kegiatan di dalam kelas maupun pembelajaran di dalam kelas.

Maulina dan Sari melakukan penelitiannya hasil yang diperoleh bahwasanya ada pengaruh negatif antar variabel penyesuaian diri dengan stres akademik pada mahasiswa tahun pertama.³²

³⁰ Jiandong Sun dkk., “Educational Stress Scale for Adolescents: Development, Validity, and Reliability With Chinese Students,” t.t.

³¹ Ferina Ulfa Nikmatun Erindana, H. Fuad Nashori, dan , M. Novvaliant Filsuf Tasauf, “penyesuaian diri dan stres akademik mahasiswa tahun pertama self adjustment and academic stress in first-year university student” 4, no. 1 (2021).

³² Balina Maulina dan Dwi Retno Sari, “Derajat stres mahasiswa baru fakultas kedokteran ditinjau dari tingkat penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik. Jurnal Psikologi

Dari hasil penelitian sebelumnya menyebutkan bahwasanya penyesuaian diri memiliki pengaruh terhadap stres akademik tetapi penelitian yang dihasilkan dalam penelitian kali ini stres akademik tidak memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri.