## *ABSTRACT*

### *THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND COPING STRATEGIES IN ADOLSCENT SANTRI IN ISLAMIC BOARDING SCHOOLS eLKISI PUNGGING MOJOKERTO DISTRICT*

**BY: NURUL ISTIFAIYAH**

*Islamic boarding schools are one of the pathways of education that has a specificity in carrying out the pattern of education, entering the pesantren environment can be a burden for santri, especially for students who are teenagers or school-age, this will trigger stress in santri. Stress that occurs in adolescents in boarding schools can be caused by strict regulations, tight schedule of activities and learning in boarding schools. Stress can affect the coping strategies used. Coping strategies used by individuals vary depending on the individual's ability to manage and handle stress. This study aims to determine the relationship between stress levels and coping strategies in adolescent students at the boarding school of eLKISI Pungging, Kabuaten, Mojokerto. The research design used was a cross sectional population in this study were all students who were in junior high and high school in eLKISI boarding school with a sample of 39 people. The sampling technique used was stratified random sampling. Data collection used the DASS 42 stress level questionnaire and coping strategies, then tested with the Spearman rho test. Based on the results of the study it can be concluded that more than half of the respondents had mild stress levels of 20 people (51.3%). More than half of the respondents used coping strategies that focused on emotional focused coping as many as 23 people (59.0%). Santri who have moderate levels of stress most of the 9 people (23.1%) use coping strategies that focus on emotional focused coping. This means that the more severe the stress level, the more students tend to use coping strategies that focus on emotional focused coping. There is a correlation between stress levels and coping strategies for students at the boarding school of eLKISI Pungging, Mojokerto Regency. Santri often need emotional support, psychological support or social support to have a positive coping strategy.*



***Keywords**: Stress, coping strategies, boarding schools*

## ABSTRAK

## HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN STRATEGI KOPING PADA SANTRI REMAJADI PONDOK PESANTREN ELKISI PUNGGING KABUPATEN MOJOKERTO

**OLEH : NURUL ISTIFAIYAH**

Pondok pesantren meruakan salah satu jalur pendidikan yang memiliki kekhususan dalam menjalankan pola pendidikan, memasuki lingkungan pesantren dapat menjadi beban bagi santri terutama pada santri yang berusia remaja atau usia sekolah hal ini akan memicu terjadinya stres pada santri. Stres yang terjadi pada remaja dilingkungan pesantren dapat disebabkan karena ketatnya peraturan, padatnya jadwal kegiatan dan pembelajaran di pondok pesantren. Stres dapat berpengaruh terhadap strategi koping yang digunakan. Strategi koping yang digunakan individu berbeda-beda tergantung kemampuan individu untuk mengelola dan menangani stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stress dengan strategi koping pada santri remaja dipondok pesantren eLKISI Pungging Kabuaten Mojokerto. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional* populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santri yang duduk di bangku SMP dan SMA di pondok pesantren eLKISI dengan jumlah sampel 39 orang teknik sampling menggunakan *stratified random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner tingkat stres DASS 42 dan strategi koping, kemudian diuji dengan uji spearman rho. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa lebih dari setengah responden memiliki tingkat stres ringan sebanyak 20 orang (51,3%). Lebih dari setengah responden menggunakan strategi koping yang berfokus pada *emotional focused coping* sebanyak 23 orang (59,0%). Santri yang memiliki tingkat stres tingkat sedang sebagian besar 9 orang (23,1%) menggunakan strategi koping yang berfokus pada *emotional focused coping*. Artinya semakin berat tingkat stres maka santri semakin cenderung menggunakan strategi koping yang berfokus pada *emotional focused coping*. Ada hubungan tingkat stres dengan strategi koping pada santri dipondok pesantren eLKISI Pungging Kabupaten Mojokerto. Santri seringkali memerlukan dukungan emosional, dukungan psikologis atau dukungan sosial untuk memiliki strategi koping yang positif.



**Kata Kunci : Stres, Strategi koping, Pondok pesantren**