

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara rasa syukur dengan stres akademik pada santri pondok pesantren An-nur Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negatif antara rasa syukur dengan stres akademik pada santri pondok pesantren An-nur Yogyakarta.. Adapun kriteria subjek penelitian yang digunakan adalah 60 orang santri pondok pesantren berusia 16-18 tahun. Sementara itu, pengumpulan data dilakukan menggunakan skala rasa syukur dan skala stres akademik, sedangkan metode yang digunakan adalah korelasi *Product Moment* dari Pearson. Pada hasil analisis diperoleh nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar  $-0,447$  ( $p < 0,050$ ). Hal itu menunjukkan, ada hubungan negatif antara rasa syukur dengan stres akademik pada santri pondok pesantren An-nur Yogyakarta.. Peran atau sumbangan efektif rasa syukur terhadap stres akademik sebesar 20% yang ditunjukkan oleh nilai koefisien determinan ( $R^2$ ) senilai 0,20. Hal ini berarti, masih terdapat faktor-faktor lain di luar rasa syukur yang berpengaruh terhadap stres akademik, seperti locus of control, efikasi diri, keinginan mencapai prestasi, penyelesaian terhadap beberapa beban tugas akademik (Greenberg dalam Mulya & Indrawati, 2016), berpikir positif Brissette dkk. (dalam Dwitanyakanov, 2010) dan lainya sebagainya.

**Kata Kunci:** Rasa Syukur , Stres Akademik, Santri Pondok Pesantren.

## ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between gratitude and academic stress in the santri of the An-nur Islamic boarding school in Yogyakarta. The hypothesis proposed is that there is a negative relationship between gratitude and academic stress in the santri of the Yogyakarta Islamic boarding school. The criteria for the research subject used were 60 santri boarding schools aged 16-18 years. Meanwhile, data collection is done using the gratitude scale and academic stress scale, while the method used is the correlation *Product Moment* from Pearson. On the results of the analysis, the value of the correlation coefficient ( $r$ ) is  $-0.444$  ( $p < 0.050$ ). That shows, there is a negative relationship between gratitude and academic stress the boarding school students of An-nur Yogyakarta. Role or effective contribution gratitude to the academic stress of 20% indicated by the value of the determinant coefficient ( $R^2$ ) worth of 0.20. This means, there are still other factors beyond gratitude that affect academic stress, such as locus of control, self-efficacy, desire to achieve achievement, completion of several academic assignments (Greenberg in Mulya & Indrawati, 2016), positive thinking Brissette et al. (in Dwitanyanov, 2010) and so on.

**Keywords:** Gratitude, Academic Stress, Santri Boarding School Islamic Boarding School.