

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan proses untuk meningkatkan, memperbaiki, dan mengubah pengetahuan, keterampilan, dan sikap serta tatalaku seseorang atau kelompok dalam usaha mencerdaskan kehidupan manusia melalui kegiatan bimbingan pengajaran.¹ Pendidikan disebut sebagai proses interaksi yang akan selalu berhadapan dengan kepribadian manusia. Oleh sebab itu, dapat dikatakan manusia sebagai pribadi makhluk sosial, artinya manusia akan selalu berhubungan dengan orang lain dan tidak mungkin hidup sendiri tanpa bantuan orang lain, sebab setiap manusia memiliki sejumlah kebutuhan yang tidak dapat dipenuhi sendiri melainkan membutuhkan bantuan orang lain.²

Undang-undang No.20/2003 tentang sistem pendidikan nasional pasal 1 ayat 1 menyebutkan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan perencanaan untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik dapat secara aktif mengembangkan potensi dirinya agar mampu menghasilkan sumber daya manusia yang memiliki kompetensi yang utuh, yaitu kompetensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang terintegrasi.³

Tujuan pendidikan secara umum ialah menyediakan lingkungan yang memungkinkan anak didik untuk mengembangkan bakat dan kemampuannya secara optimal, sehingga dapat mewujudkan potensinya dan berfungsi sepenuhnya sesuai dengan kebutuhan pribadinya dan kebutuhan masyarakat. Sebagaimana firman Allah SWT (Qs. Al-Anbiya' [21]:107)

وَمَا أَرْسَلْنَاكَ إِلَّا رَحْمَةً لِّلْعَالَمِينَ

¹ A. Nisoh, 'Manajemen Peningkatan Mutu Madrasah', *Jurnal Tahdzibi: Manajemen Pendidikan Islam*, Vol. 4.No. 2 (2019), 85–86.

² Abdul Majid and Chaerul Rochman, *Pendekatan Ilmiah Dalam Implementasi Kurikulum 2013* (Bandung: Bandung Remaja Rosdakarya, 2014).

³ Rosa Susanti, 'Penerapan Pendidikan Karakter Di Kalangan Mahasiswa', *Al-Ta Lim Journal*, 20.3 (2013), 487.

Artinya : "Dan Tiadakah Kami mengutus kamu, melainkan untuk (menjadi) rahmat bagi semesta alam".⁴

Ayat tersebut menjelaskan bahwa tujuan pendidikan dalam perspektif islam ialah agar peserta didik dapat menjadi rahmat bagi semesta alam sebagaimana yang telah diteladankan oleh Rasulullah Saw. Diantaranya menjadi pribadi yang humanis, anti kekerasan, serta membangun peradaban dunia dengan nyaman dan damai, serta menjadi makhluk sosial yang mempunyai sikap toleran antar umat beragama.

Dalam dunia pendidikan, universitas merupakan jenjang paling akhir dalam meraih titel sarjana ataupun pascasarjana yang harus dilalui oleh mahasiswa. Universitas merupakan suatu institusi pendidikan tinggi dan penelitian yang memberikan gelar akademik dalam berbagai bidang. Kata universitas berasal dari kata latin univesitas magistrorum et scholarium, yang berarti "komunitas guru dan akademis". Setiap universitas menyediakan pendidikan setingkat sarjana dan pascasarjana, di dalamnya terdapat tenaga pendidik dan peserta didik yang kerap disebut dengan istilah mahasiswa.⁵

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), mahasiswa ialah pelajar di perguruan tinggi. Dalam struktur pendidikan Indonesia, mahasiswa menduduki jenjang pendidikan tertinggi diantara yang lain. Mahasiswa adalah status yang disandang oleh seseorang karena hubungannya dengan perguruan tinggi yang diharapkan dapat menjadi calon intelektual.⁶ Mahasiswa memiliki tanggung jawab yang lebih besar bukan hanya untuk dirinya sendiri tetapi juga untuk orang lain karena dalam dunia perkuliahan mahasiswa memiliki banyak tuntutan dari berbagai bidang seperti tuntutan

⁴ Alquran, Al-Anbiya' ayat 107, Alquran dan terjemahnya (Jakarta: Departemen Agama RI Yayasan Penerjemah dan Penerbit Alquran, 2007)

⁵ Steven S.F Sumendap, Rosalina A.M. Koleangan, and Tri Oldy Rotinsulu, 'Strategi Pengelolaan Keuangan Universtias Sam Ratulangi Manado Di Era Badan Layanan Umum', *Jurnal Pembangunan Ekonomi Dan Keuangan Daerah*, 20.2 (2019), 12.

⁶ Indah Indria, Juliarni Siregar, and Yulia Herawaty, 'Hubungan Antara Kesabaran Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Di Pekanbaru', *An – Nafs: Jurnal Fakultas Psikologi*, 13.1 (2019), 34.

akademik, tuntutan keluarga, tuntutan masyarakat dan masih banyak lagi.

Kehidupan mahasiswa berbeda dengan kehidupan siswa di sekolah, sebab permasalahan yang terjadi dalam dunia perkuliahan jauh lebih kompleks daripada dunia semasa sekolah. Dikatakan lebih kompleks karena masa menjadi mahasiswa merupakan masa peralihan dari remaja menuju dewasa, di mana individu lebih mengenal kemandirian, tuntutan, dan tanggung jawab. Mahasiswa perlu lebih berhati-hati dalam mengatur lingkungan pertemanan dan lingkungan sosial, karena lingkungan universitas juga tak jarang lebih menakutkan dikarenakan lingkungan kehidupan yang cenderung lebih luas dan bebas. Maka tidak menjadi hal aneh saat ini ketika mahasiswa memutuskan untuk kuliah dan bertempat tinggal di pondok pesantren.

Kuliah sambil mondok sudah tidak asing lagi di kalangan mahasiswa, beberapa menyebutnya dengan istilah mahasiswa santri. Tidak sedikit orang yang memutuskan untuk kuliah sambil mondok demi mendapatkan tambahan ilmu agama dan ilmu pengetahuan yang lebih tinggi. Tentu saja keputusan tersebut bukan tanpa alasan, banyak faktor yang mendorong mahasiswa memutuskan kuliah sambil mondok dengan berbagai pertimbangan seperti menambah ilmu agama, memiliki kegiatan tambahan yang lebih positif, serta lingkungan yang aman dan lebih terkontrol, baik itu dari kemauan diri sendiri maupun tuntutan dari orang tua. Fenomena mahasiswa santri banyak dijumpai di berbagai daerah, tak terkecuali di Kota Kudus yang notabene disebut kota santri karena dalam wilayahnya terdapat banyak sekali pondok pesantren. Mulai dari pondok pesantren kitab hingga pondok pesantren tahfidz banyak tersebar sewilayah Kudus. Sudah menjadi hal yang lumrah apabila terdapat mahasiswa yang menjalani kehidupan ganda menjadi mahasiswa dan santri, termasuk salah satunya santri tahfidz atau mahasiswa tahfidz.

Pondok pesantren tahfidz merupakan lembaga pendidikan Islam yang berfokus pada sistem pembelajaran penghafalan Al-Qur'an dengan tujuan penanaman akhlaqul karimah, kemandirian, dan pengembangan potensi santri khususnya dalam menghafal Al-Qur'an. Dalam dunia pondok

pesantren tahfidz, tentu terdapat banyak beban tanggung jawab sebagai santri yang harus dipenuhi seperti kegiatan pondok, peraturan pondok, serta tuntutan menghafal dan muroja'ah Al-Qur'an. Menjadi seorang tahfidz atau penghafal Al-Qur'an tidaklah semudah membalikkan telapak tangan, banyak sekali rintangan ataupun kesukaran-kesukaran baik kecil maupun besar yang dihadapi oleh para penghafal Al-Qur'an. Kesesuaian lafal dan makhroj lebih diutamakan sebab kesalahan dalam pelafalan dapat berakibat fatal karena hal itu bisa merubah arti dan makna yang terkandung dalam Al-Qur'an. Menghafal bukanlah perkara yang mudah bagi setiap orang, perlu adanya keseriusan dan waktu yang khusus bagi seseorang untuk bisa menghafalkan dan tetap muroja'ah dengan baik.⁷

Sama halnya dengan mahasiswa, ketika seseorang menjadi mahasiswa, tugas dan tanggung jawabnya tidak hanya seputar diri sendiri dan keluarga, tetapi juga masyarakat. Selain tuntutan akademik dan kegiatan kemahasiswaan di kampus, mahasiswa juga dituntut sebagai pelaku intelektual dalam masyarakat. Dalam konteks mahasiswa tahfidz, adalah terjadi suatu kondisi dimana seorang individu menjalani tugas sebagai mahasiswa dan juga menjalani kewajiban sebagai santri di pondok pesantren, yang mana dua tuntutan dan beban tanggung jawab yang dialaminya bukanlah suatu hal yang mudah. Sesuai dengan permasalahan di atas, hal yang dialami mahasiswa tahfidz bisa disebut dengan istilah double burden atau beban ganda.

Pengertian double burden ialah beban kerja yang diterima salah satu jenis kelamin lebih banyak daripada jenis kelamin lainnya.⁸ Beban ganda yang dimaksud disini adalah mahasiswa tahfidz yang menjalankan tugasnya sebagai mahasiswa dan menjalani kewajiban sebagai santri tahfidz dengan tuntutan setoran hafalan dan kegiatan pesantren yang

⁷ Eva Bonita, 'Kuliah Sambil Nyantri (Studi Kasus Motivasi Keberagamaan Mahasiswa Nyantri Di Pondok Pesantren Al- Lathifiyyah Palembang)', *Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang*, 2021, 73.

⁸ Nurul Hidayati, 'Beban Ganda Perempuan Bekerja (Antara Domestik Dan Publik)', *Muwazah*, 7.2 (2016), 109.

tidak tidak boleh ditinggalkan. Dalam kehidupan kesehariannya berbagai tuntutan seperti akademik, tugas, kegiatan kampus, serta tuntutan kegiatan pondok pesantren menjadi tanggung jawab yang dibebankan pada mahasiswa tahfidz yang harus dipenuhi. Dalam memenuhi dua beban tanggung jawab tersebut, mahasiswa tahfidz dituntut untuk bisa menghadapi dan mengatur dirinya agar tujuannya tetap tercapai. Sebaliknya, jika mereka tidak dapat mengatur kegiatan aktivitasnya maka mahasiswa tersebut akan mengalami tekanan yang disebut stres.

Stres diartikan sebagai sebuah gangguan mental akibat dari tekanan, ketegangan, atau gangguan yang tidak menyenangkan. Robert S. Fieldman dalam Fitri Fausiah menjelaskan bahwa stress merupakan proses menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu hal yang mengancam, menantang ataupun membahayakan dan individu tersebut merespon dengan tingkatan emosional, fisiologis, kognitif, dan perilaku.⁹ Pada hakikatnya stres merupakan hasil reaksi negatif dari individu yang mengalami tekanan berlebihan akibat dari beban tuntutan dan hambatan yang dialami seorang individu. Stres yang terlalu berlebihan dapat mengancam kemampuan seseorang dalam menghadapi beberapa perubahan dalam lingkungan kehidupannya. Dampak yang dihasilkan dari stres yang dialami setiap orang juga beragam, mulai dari tingkatan paling ringan seperti sakit kepala, tidak nafsu makan, gangguan tidur, hingga tingkatan yang paling fatal yaitu mengurung diri, depresi, bahkan keinginan untuk bunuh diri.¹⁰

Sumber atau penyebab dari stres disebut dengan istilah stressor. Stressor merupakan situasi atau kondisi tertentu yang dapat menimbulkan stres pada individu. Aneshenhel menjelaskan bahwa stressor merupakan stimulus baik eksternal maupun internal yang berpotensi menjadi penyebab terjadinya stres.¹¹ Stressor dapat berasal dari berbagai sumber baik dari

⁹ Fitri Fausiah and Julianti Widury, *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa* (Jakarta: UI-Press, 2007).

¹⁰ Sugiarti Musabiq and Isqi Karimah, 'Gambaran Stress Dan Dampaknya Pada Mahasiswa', *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20.2 (2018), 74.

¹¹ A. Musabiq Sugiarti, "Gambaran Stress dan Dampaknya Pada

kondisi fisik, psikologis, maupun sosial. Adapun kaitannya dengan mahasiswa, terdapat empat sumber stres yang biasa dialami oleh mahasiswa yaitu interpersonal, intrapersonal, akademik, dan lingkungan. Interpersonal adalah stressor yang berasal dari hubungan individu dengan orang lain, misalnya konflik dengan teman, dosen, orang tua, atau pacar. Intrapersonal adalah stressor yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri, misalnya moodswing, kesulitan keuangan, dan kesehatan yang menurun. Akademik adalah stressor yang berhubungan dengan aktivitas perkuliahan, misalnya menumpuknya tugas, nilai jelek, dan materi yang sulit dipahami. Lingkungan adalah stressor yang berasal dari lingkungan dan situasi sekitar individu, misalnya seperti lingkungan tempat tinggal yang kurang nyaman, kurangnya waktu liburan, dan kemacetan.¹²

Jika seorang mahasiswa dituntut untuk bisa menghadapi dan mengatur aktivitasnya dengan baik agar tidak mengalami tekanan dan stres. Apalagi menjadi seorang mahasiswa tahfidz, tentu hal ini akan lebih menuntut seorang mahasiswa tahfidz agar lebih bisa mengatur aktivitasnya.

Stres menjadi sangat umum dalam kehidupan mahasiswa terlebih pada mahasiswa tahfidz. Hal tersebut dapat terlihat dari banyaknya tuntutan akademik sebagai mahasiswa, misalnya seperti banyaknya tugas-tugas perkuliahan, ujian pada tiap semester, bahkan tak jarang terdapat dosen yang memberikan tugas dengan deadline hanya semalam. Padahal ketika menjelang petang mereka sudah diwajibkan berada di pondok pesantren dan juga harus menyelesaikan tugas di pondok seperti setoran hafalan Al-Qur'an, muroja'ah dan wajib mengikuti kegiatan pondok. Padatnya kesibukan yang dijalani tersebut tentunya dapat berdampak pada psikis seperti jenuh, cemas, frustrasi yang selanjutnya menyerang fisik seperti lelah, lesu hingga akhirnya berdampak pada berkurangnya konsentrasi yang dapat menghambat proses belajar dan proses menghafal para mahasiswa tahfidz.

Mahasiswa", *Universitas Indonesia* 20, No. 2, (2018): 1

¹² Nur Fauzi Latifah and Dkk, "Strategi Coping Stres Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring," Institut Agama Islam Negeri Surakarta, *jurnal Kajian Keislaman Multi-Perspektif*, 1, no. 2 (2021).

Ketika perubahan dan tekanan hidup berlangsung begitu berat, individu perlu mengembangkan kemampuan dirinya untuk mampu melewati itu semua secara efektif. Untuk menjaga kesinambungan hidup yang optimal, maka dibutuhkan keterampilan atau kemampuan dalam mengatasi sebuah masalah atau disebut dengan istilah strategi coping. Lazarus dan Folkman mengartikan coping sebagai upaya yang dilakukan individu baik secara kognitif maupun perilaku untuk mengelola tuntutan eksternal maupun internal yang dinilai berat atau melebihi kemampuannya.¹³ Setiap individu dapat memiliki strategi yang berbeda-beda ketika dihadapkan pada kondisi stres.

Lazarus dan Folkman membagi strategi coping menjadi dua tipe yaitu problem focused coping dan emotion focused coping. Problem focused coping ialah strategi mengatasi stres dengan langsung menghadapi dan mengatasi sumber permasalahan. Tipe coping ini memungkinkan individu memiliki tujuan serta niat untuk mengimplementasikannya. Emotion focused coping ialah strategi mengatasi stres dengan cara mengelola respon emosional yang ditimbulkan oleh stres yang dirasakan. Tipe coping ini memungkinkan individu melakukan penghindaran terhadap sumber stres yang dirasakan, merasionalisasikan apa yang telah terjadi pada dirinya, menyangkal masalah yang terjadi, serta meminta validasi orang lain untuk mendapatkan dukungan. Problem focused coping digunakan ketika individu memiliki kesempatan untuk mengubah situasi yang penuh tekanan, sedangkan emotion focused coping digunakan ketika individu memiliki penilaian bahwa tidak ada sesuatupun yang bisa dilakukan untuk mengubah situasi yang penuh tekanan selain dengan menerima situasi tersebut.¹⁴

Dalam ajaran Islam sendiri mengajarkan pada umatnya beberapa strategi coping untung mencargelola stres yaitu dengan niat yang ikhlas, sabar, bersyukur, shalat, dan berserah

¹³ Siti Maryam, 'Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya', *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1.2 (2017), 101.

¹⁴ Zuni Shofiyana, 'Pengaruh Abtara Strategi Coping Dengan Kebahagiaan (Happines) Mahasiswa Tahfidz Yang Bekerja' (UIN Maliki Malang, 2016).

diri hanya kepada Allah SWT. Hal tersebut tercantum dalam (Qs. Luqman [31]:17)

يٰۤاِبْنٰى اَقِمِ الصَّلٰوةَ وَاْمُرْ بِالْمَعْرُوْفِ وَانْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَاَصْبِرْ عَلٰى مَا
اَصَابَكَ اِنَّ ذٰلِكَ مِنْ عَزَمِ الْاُمُوْرِ

Artinya : "Wahai anakku, tegakkanlah shalat dan suruhlah (manusia) berbuat makruf cegahlah (mereka) dari yang mungkar serta bersabarlah terhadap apa yang menimpamu. Sesungguhnya yang demikian itu termasuk urusan yang (harus) diutamakan".¹⁵

Adapun fenomena problematika double burden dalam konteks mahasiswa tahfidz yang terdapat di pondok pesantren dapat diatasi melalui strategi coping stres seperti dalam penelitian Jois Oktaviana Fitriandika yang berjudul "Strategi Coping stress dalam Menghadapi Double Burden Mahasantri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Al- Muqorrobin Ronowijayan, Siman, Ponorogo".¹⁶ Dan fenomena tersebut akan diteliti di pondok pesantren putri Al-Ghurobaa' Kudus, dimana pondok pesantren tersebut merupakan pesantren tahfidz dengan mayoritas santrinya merupakan santri kuliah atau disebut dengan mahasiswa tahfidz dan hal tersebut termasuk dalam mengalami beban ganda. Beban ganda yang dimaksud disini adalah ketika pagi hari mereka dikampus menjalani tugasnya menjadi mahasiswa dengan berbagai tuntutan akademisnya dan ketika menjelang petang mereka harus sudah berada di pondok pesantren dan menjalankan kewajibannya sebagai santri tahfidz dengan tuntutan hafalan dan kegiatan pesantren yang wajib dilaksanakan.¹⁷ Dalam

¹⁵ Alquran, Luqman ayat 17, Alquran dan terjemahnya (Jakarta: Departemen Agama RI Yayasan Penerjemah dan Penerbit Alquran, 2007)

¹⁶ Jois Oktavina Fitriandita, 'Strategi Coping Stresss Dalam Menghadapi Double Burden Mahasantri Tahfidz Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Al- Muqorrobin Ronowijayan, Siman, Ponorogo.', 2023.

¹⁷ Alfiyah Hasanah, Mahasiswa Tahfidz sebagai Ketua Pondok Pesantren Putri Al-Ghurobaa', wawancara oleh peneliti, 30 April 2024, wawancara 1, transkrip.

memenuhi dua tanggung jawab tersebut tak jarang menjadikan mahasiswa tahfidz merasa penuh tekanan, lelah dan terjebak dalam kondisi stres

Mahasiswa tahfidz tentu akan menggunakan salah satu metode strategi coping ketika menghadapi kondisi stres akibat beban ganda yang mereka alami. Dengan menggunakan strategi coping yang baik dan tepat akan menghasilkan suatu penyelesaian masalah. Strategi coping mana yang digunakan dan dirasa efektif oleh mahasiswa tahfidz bergantung pada kecocokan antara penggunaan strategi coping dengan dapat atau tidaknya situasi tersebut terkontrol. Penting bagi mahasiswa tahfidz untuk memiliki kemampuan strategi coping stres yang baik agar terhindar dari stres yang berkepanjangan dan semakin memberi dampak buruk pada fisik maupun psikis seseorang.

Dari latar belakang di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian terhadap beberapa mahasiswa tahfidz, untuk mengeksplorasi faktor-faktor yang memicu munculnya permasalahan stres yang mereka hadapi dan mengidentifikasi strategi coping stres yang mahasiswa tahfidz gunakan saat berhadapan dengan permasalahan terkait double burden atau beban ganda yang mereka jalani, dengan judul "*Strategi Coping Stress Dalam Menghadapi Problematika Double Burden Pada Mahasiswa Tahfidz di Pondok Pesantren Putri Al-Ghurobaa' Kudus*".

B. Fokus Penelitian

Batasan masalah dalam sebuah penelitian disebut dengan fokus, yang memuat tentang pokok permasalahan. Fokus penelitian ini didasari dari permasalahan yang terjadi dalam lingkup kehidupan dan berkaitan dengan teori-teori yang telah ada.

Penelitian ini difokuskan pada bagaimana mahasiswa yang juga menjalankan kewajiban sebagai santri tahfidz atau disebut dengan mahasiswa tahfidz dapat menghadapi permasalahan stress akibat dari double burden atau beban ganda yang dialaminya dengan menggunakan strategi coping stress. Untuk itu, penulis tertarik meneliti permasalahan tersebut dalam ranah ilmiah dengan judul "*Strategi Coping Stress Dalam Menghadapi Problematika Double Burden Pada*

Mahasiswa Tahfidz di Pondok Pesantren Putri Al-Ghurobaa' Kudus".

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut :

1. Apa saja bentuk stress yang dialami mahasiswa tahfidz di Pondok Pesantren Putri Al-Ghurobaa' Kudus ?
2. Bagaimana strategi coping stress yang digunakan dalam menghadapi problematika double burden pada mahasiswa tahfidz di Pondok Pesantren Putri Al-Ghurobaa' Kudus ?

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang telah dirumuskan, maka tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk menganalisis apa saja bentuk stress yang dialami mahasiswa tahfidz di Pondok Pesantren Putri Al-Ghurobaa' Kudus
2. Untuk menganalisis bagaimana strategi coping yang digunakan dalam menghadapi problematika double burden pada mahasiswa tahfidz di Pondok Pesantren Putri Al-Ghurobaa' Kudus

E. Manfaat Penelitian

Dengan tercapainya sebuah tujuan dari penelitian ini, diharapkan dapat berguna baik dalam segi teoritis maupun segi praktis. adapun kegunaan atau manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan mampu memperluas khazanah keilmuan khususnya dibidang strategi coping stress dalam menghadapi problematika double burden pada mahasiswa tahfidz.
 - b. Sebagai sumber informasi dan referensi khususnya bagi mahasiswa Bimbingan Konseling Islam dan mahasiswa umum dalam bidang strategi coping stress dalam menghadapi problematika double burden pada mahasiswa tahfidz.

2. Manfaat praktis
 - a. Penelitian ini mampu memberikan pemahaman baru bagi masyarakat, baik dari kalangan akademis, praktisi maupun masyarakat pada umumnya mengenai coping stress dan juga double burden.
 - b. Bagi pondok pesantren, hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu referensi dalam hal strategi mengcoping stress dalam menghadapi problematika double burden yang dialami santri.
 - c. Bagi peneliti, hasil penelitian ini sebagai syarat dalam menyelesaikan studi S.1, dan sebagai wujud pengabdian sebagai mahasiswa tingkat akhir.

F. Sistematika Penulisan

Penelitian skripsi ini disusun berdasarkan buku "Pedoman Penyelesaian Tugas Akhir Program Sarjana (Skripsi) IAIN Kudus". Kemudian inti dari sistematika penulisan diambil secara garis besarnya saja sehingga memudahkan pembaca dalam memahami isi dari skripsi, berikut adalah sistematika penulisan skripsi yang akan penulis susun :

1. Bagian awal

Pada bagian awal terdiri dari halaman judul, persetujuan pembimbing skripsi, pengesahan ujian munaqosah, pernyataan keaslian skripsi, abstrak, motto, persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel, daftar gambar.

2. Bagian isi

Pada bagian ini memuat garis besar yang terdiri dari lima bab yang saling terkait, bab satu dengan bab lain saling berhubungan karena merupakan satu kesatuan yang utuh, kelima bab tersebut adalah sebagai berikut :

BAB I : PENDAHULUAN

Bab ini meliputi latar belakang masalah, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II : KERANGKA TEORI

Bab ini berisi tentang penjelasan mengenai teori stress, strategi coping, double burden, mahasiswa tahfidz,

penelitian terdahulu, serta kerangka berfikir.

BAB III : METODE PENELITIAN

Bab ini berisi tentang jenis penelitian, pendekatan penelitian, lokasi penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, uji keabsahan data, dan teknik analisis data.

BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini berisi tentang gambaran umum responden, analisis data, serta pembahasan.

BAB V : PENUTUP

Bab ini berisi kesimpulan dan saran.

3. Bagian akhir, meliputi : daftar putaka, dan lampiran-lampiran.

