

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bekerja merupakan kewajiban bagi setiap umat muslim karena dengan bekerja seorang muslim dapat mengaktualisasikan dirinya sebagai makhluk ciptaan Tuhan yang baik. Setiap pekerjaan yang dilakukan karena Allah SWT sama halnya dengan melakukan *Jihād fi Sabilillah*. Selain itu bekerja juga menjadi jalan menuju rida Allah SWT dengan cara senantiasa mendekatkan diri kepada-Nya.¹

Kerja (*ʿamal*) menurut konsep Islam adalah segala kegiatan yang dilakukan oleh manusia yang meliputi kerja untuk dunia dan akhirat. Bekerja hanya pada lapangan pekerjaan yang halal dan tidak bertentangan dengan ketentuan syariah serta secara amanah dan ikhlas. Bekerja dengan amanah berarti bekerja dengan penuh tanggung jawab terhadap apa yang menjadi tugasnya. Bekerja dengan ikhlas berarti bekerja dengan penuh kerelaan untuk mencari rida Allah SWT. Bekerja dengan semangat kerja sama dan musyawarah. Sikap saling membantu antara satu sama lain akan menimbulkan suasana bekerja yang aman, gembira serta akan meningkatkan hasil dan kualitas kerja.²

Bekerja merupakan aktivitas ekonomi yang dilakukan seseorang agar mengalami perubahan tujuan pada hidupnya. Adapun manfaat yang bisa diperoleh jika seseorang bekerja adalah dapat memenuhi kebutuhan primer, sekunder dan tersier.³ Tidak hanya itu, dalam Islam bekerja bukan hanya untuk mencari rezeki dari Allah SWT. Namun, bekerja juga mempunyai manfaat yang diantaranya yaitu dinilai atau termasuk dalam berjihad.⁴

Setiap pekerjaan mempunyai karakteristik tertentu yang dapat mengakibatkan stres. Aspek lain dari pekerjaan

¹ Baiq El Badriati, *Etos Kerja Dalam Perspektif Islam Dan Budaya* (Mataram: Sanabil Creative, 2021), 9.

² Badriati, *Etos Kerja Dalam Perspektif Islam Dan Budaya*, 25.

³ Badriati, *Etos Kerja Dalam Perspektif Islam Dan Budaya*, 26.

⁴ Jevi Nugraha, "Tujuan Bekerja Dalam Islam, Ketahui Hukumnya Bagi Umat Muslim," 28 Mei 2022, n.d., <https://www.merdeka.com/jateng/tujuan-bekerja-dalam-islam-lengkap-beserta-hukumnya-kln.html>.

yang dapat menyebabkan stres salah satunya adalah peran ambiguitas dalam pekerjaan. Hal ini berhubungan dengan ketidakjelasan harapan terhadap pekerjaan atau aturan tempat kerja. Serta tidak diketahuinya apa yang harus dikerjakan dan bagaimana mengerjakan pekerjaan tersebut, sehingga bisa menimbulkan stres.⁵

Etika kerja Islam bertumpu pada *akhlakul karimah*. Maka dari itu setiap pekerjaan yang dilakukan selalu berprinsip *minallah, fi sabilillah, ilallah* (dari Allah, di jalan Allah, dan untuk Allah). Dalam dirinya selalu meyakini bahwa bekerja merupakan ibadah, sehingga selalu mengupayakan untuk memperbaiki diri dan tampil sebagai umat yang baik.⁶ Bekerja dengan mengabdikan diri kepada Allah adalah dengan menyadari dan menghayati bahwa manusia adalah hamba Allah, maka sudah seharusnya setiap Muslim mengabdikan dirinya kepada Allah dengan mengikuti perintah dan menjauhi larangan-Nya. Bekerja pada lapangan pekerjaan yang halal, amanah, ikhlas sebagai bentuk mencari rida Allah dan *Istifragh ma fi al-wus'i* (bekerja dengan tekun dan baik). Ketekunan adalah suatu sifat yang sangat diperlukan oleh seorang pekerja, mereka akan dapat meningkatkan kemampuannya jika tekun dalam menjalankan tugasnya.⁷

Salah satu pekerjaan yang mempunyai tanggungjawab yang besar dan berpotensi mengalami stres adalah guru yang mengajar anak-anak yang berkebutuhan khusus. Hal ini karena mengajar anak yang berkebutuhan khusus tidak mudah. Emosi para peserta didik dengan karakter anak berkebutuhan khusus yang tidak stabil membuat guru harus ekstra sabar. Apalagi terkadang mereka bisa sampai melukai orang lain. Bagi mereka yang belum terbiasa menghadapi anak yang berkebutuhan khusus tentunya akan kesulitan. Belum lagi mereka harus hati-hati dalam menjaga agar anak-anak tidak kabur.⁸

⁵ Siti Patimah, *Manajemen Stres Perspektif Pendidikan Islam* (Bandung: CV Alfabeta, 2016), 32.

⁶ Badriati, *Etos Kerja Dalam Perspektif Islam Dan Budaya*, 39.

⁷ Badriati, *Etos Kerja Dalam Perspektif Islam Dan Budaya*, 39.

⁸ Wawancara dengan Bapak Yudi Kristianto (Kepala Sekolah Ponpes Al-Achsaniyyah Kudus) 27 Januari 2023

Menjadi guru bagi anak berkebutuhan khusus bukanlah hal yang mudah. Mereka tidak jarang merasakan pusing atau sakit kepala, tubuh dan pikiran juga merasakan kelelahan. Selama pembelajaran berlangsung, apabila pengajar sudah tidak bisa mengontrol muridnya sesekali mereka melamun dan sering menghela napas melihat tingkah laku anak berkebutuhan khusus tersebut. Sumber stres kerja guru anak berkebutuhan khusus yang berkaitan dengan pekerjaan yaitu beban peran dan tugas sebagai pengajar, sifat, tingkah laku dan keterbatasan yang dimiliki oleh siswa.⁹

Stres kerja perlu diatasi, hal ini disebabkan karena stres yang terlalu besar dapat mengancam kemampuan seseorang untuk berkegiatan sehari-hari. Sebagai hasilnya, pada diri karyawan berkembang berbagai macam gejala stres yang dapat mengganggu pelaksanaan kerja mereka. Pada tingkat stres yang sangat tinggi kinerja karyawan juga rendah. Pada kondisi ini terjadi penurunan kinerja. Tingkat stres yang berlebihan akan menyebabkan karyawan dalam kondisi tertekan, karena tidak mampu lagi mengatasi tugas yang terlalu berat.¹⁰

Merinci pengaruh stres dari semua sisi dan dapat memberikan gambaran bahwa stres memberikan pengaruh pada kinerja seseorang. Pengaruh stres tersebut adalah seperti membolos, terlambat bekerja, mudah tersinggung, keinginan untuk pindah kerja, kepuasan kerja rendah, kinerja yang menurun, semangat dan energi menjadi hilang, komunikasi tidak lancar, pengambilan keputusan secara asal, kreativitas dan inovasi kurang, serta hanya bergulat pada tugas-tugas yang tidak produktif. Stres juga dapat muncul dari konflik yang timbul dalam pekerjaan. Tanggung jawab yang dimiliki individu juga dapat menyebabkan timbulnya stres. Hal ini ditunjukkan oleh semakin besarnya tingkat tanggung jawab

⁹ Azyyati Ridha Alfian et al., "Analisis Manajemen Stres Kerja Pada Pengajar Sekolah Luar Biasa (SLB)," *Jurnal Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2021, 281.

¹⁰ Pingky Era Megawati, "Pengaruh Motivasi, Stress Kerja Dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan," *Jurnal Ilmu Dan Riset Manajemen* 8, no. 8 (2019).

yang dimiliki seseorang, maka semakin tinggi potensi stres yang akan terjadi.¹¹

Dalam islam, terdapat beberapa cara yang digunakan untuk mengatasi stres. Diantaranya yaitu beriman kepada Allah, ikhlas, memperbanyak sedekah, berbaik sangka kepada Allah, tawakal, dan sabar. Salah satu cara untuk mengatasi stres yaitu tawakal. Tawakal adalah menyerahkan segala sesuatu kepada Allah SWT dengan berusaha dan berserah diri sepenuhnya kepada Allah SWT.¹² Anjuran untuk bertawakal sudah tertuang dalam Al Quran yaitu surah Al Maidah ayat 23:

... وَعَلَى اللَّهِ فَتَوَكَّلُوا إِن كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ^ع

Artinya : “Dan bertawakallah kamu kepada Allah, jika kamu orang-orang beriman”¹³

Tawakal memiliki manfaat yang positif bagi kehidupan manusia. Diantaranya yaitu tawakal dapat mengantarkan seseorang masuk surga tanpa hisab, terbebas dari bahaya, menjadi sebab seseorang mendapatkan rezeki dari Allah SWT, tercukupi apa yang diinginkan, mendapat cinta dari Allah SWT, serta Allah melindungi orang yang bertawakal kepada-Nya dari apa yang ditakuti. Individu yang senantiasa bertawakal dalam berusaha dan bekerja maka hatinya menjadi lebih kuat. Selain itu, tawakal juga sebagai bentuk keimanan kepada kekuasaan Allah SWT.¹⁴

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Anni Zulfiani Husnar menunjukkan adanya pengaruh negatif dari tawakal dengan stres akademik. Artinya, bahwa semakin tinggi tingkat tawakal individu semakin rendah tingkat stres yang dialaminya. Dengan demikian, tawakal merupakan salah satu

¹¹ Megawati.

¹² Dede Setiawan and Silmi Mufaridah, “Tawakal Dalam Al-Qur’an Serta Implikasinya Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19,” *Jurnal Studi Al-Qur’an* 17 (2021).

¹³ *Al-Qur’an Per Kata Tajwid Warna Robbani* (Jakarta: Yayasan Penyelenggara dan Penafsir Al-Qur’an, Departemen Agama RI, 2012), 112.

¹⁴ Muh. Mu’inudinillah Basri, *Indahnya Tawakal* (Surakarta: Indiva Pustaka, 2008), 54.

bentuk kapasitas psikologis yang bersumber dari agama dalam menghadapi ancaman dan situasi yang menekan.¹⁵

Tawakal mempunyai manfaat dalam kehidupan sehari-hari yaitu Allah akan memberikan rejeki yang cukup bagi manusia yang senang bertawakal. Allah SWT akan senantiasa mencukupkan rejeki baginya. Allah SWT menyukai orang-orang yang mau berusaha dengan sungguh-sungguh, tidak mengeluh dengan pekerjaannya dan berserah diri dengan penuh harap hanya kepada-Nya. Bahkan, bukan hanya akan dicukupkan rezeki oleh Allah SWT. Namun, perilaku tawakal akan dijanjikan Allah SWT dengan diberi kenikmatan yang tiada henti.¹⁶

Bertawakal berarti pasrah atau berserah diri kepada Allah SWT ketika sudah melakukan usaha atau ikhtiar. Salah satu contohnya yaitu penerapan tawakal dalam hal pekerjaan. Misalnya ketika seorang guru berusaha mendidik para muridnya agar memiliki karakter yang baik dan mampu memahami materi yang disampaikan dengan benar. Namun, kenyataannya para murid memiliki karakteristik dan kemampuan memahami materi yang berbeda. Apalagi menjadi seorang guru anak berkebutuhan khusus, karakteristik mereka yang berbeda dengan anak-anak normal lainnya membuat guru harus ekstra sabar dan berusaha lebih keras dalam mengajar mereka. Ditambah tingkah mereka yang terkadang sampai melarikan diri dari sekolah sehingga membuat para guru harus mencari mereka sampai ketemu dan hal tersebut terkadang membuat para guru stres.¹⁷

Salah satu tempat belajar anak berkebutuhan khusus di Kudus yaitu Pondok Pesantren Autis Al Achsaniiyyah Kudus merupakan Pondok Pesantren yang berada di Desa Pedawang, Kecamatan Bae, Kabupaten Kudus. Pondok Pesantren ini memiliki keunikan, yaitu hanya menerima santri yang

¹⁵ Anni Zulfiani Husnar, Siti Saniah, and Fuad Nashori, "Harapan, Tawakal, Stres Akademik," *Jurnal Penelitian Psikologi* 2, no. 1 (2017): 105.

¹⁶ Ayu Prabandari, "8 Manfaat Perilaku Tawakal Dalam Islam, Melatih Kemandirian Dan Memperkuat Iman," Merdeka.com, 2020. Diakses pada 3 Februari 2023

¹⁷ Yustinus Joko Dwi Nugroho and Mohammad Khasan, "Coping Stres Strategy Anak Berkebutuhan Khusus," *Jurnal Psikohumanika* 8, no. 2 (2016): 109.

berkebutuhan khusus.¹⁸ Selain itu, yang menarik di Pondok Pesantren Al Achsaniiyah Kudus yaitu motto mereka yaitu SIAP (Semangat, Istiqomah, Amanah dan Pasrah). Dimana dalam menjalankan pekerjaan sebagai pengajar di Pondok Pesantren Al-Achsaniiyah Kudus mereka menerapkan sikap pasrah yang dalam hal ini adalah bertawakal terhadap segala kondisi yang akan mereka terima selama mengajar anak-anak santri.¹⁹

Beberapa penelitian yang berkaitan dengan tawakal dan stres kerja yang pernah dilakukan diantaranya adalah oleh Devita Audry Ferlia dengan judul “Analisis Tingkat Stres Kerja Pada Guru Tuna Grahita Di Sekolah Dasar Luar Biasa (SDLB) Negeri Purwosari Kudus.” Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa terdapat guru yang mengalami stres ringan dan berat yang diakibatkan oleh jam kerja yang banyak.²⁰ Selanjutnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Sonia Indah Pratiwi dengan judul “Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Guru Pada Sekolah Luar Biasa (SLB) Harapan Bunda Kota Dumai.” Penelitian tersebut menunjukkan hasil bahwa stres kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja guru. Serta terdapat hubungan positif dan signifikan stres kerja terhadap kinerja guru SLB Harapan Bunda Kota Dumai.²¹ Kemudian penelitian oleh Anri Saputra, Kadar, dan Vivik Shofiah dengan judul “Sabar dan Tawakkal Sebagai Solusi dalam Mengatasi Stres Guru Sekolah Luar Biasa.” Penelitian tersebut menunjukkan semakin tinggi sabar maka semakin tinggi tawakal dan semakin tinggi tawakal maka semakin rendah stres yang dialami oleh guru Sekolah Luar Biasa.²² Lalu penelitian oleh Andri dengan judul “Hubungan Antara

¹⁸ Observasi tanggal 27 Januari 2023

¹⁹ Wawancara dengan bapak Yudi Kristianto (Kepala Sekolah Pondok Pesantren Al-Achsaniiyah Kudus) pada tanggal 27 Januari 2023

²⁰ Devita Audry Ferlia, Siswi Jayanti, and Suroto, “Analisis Tingkat Stres Kerja Pada Guru Tuna Grahita Di Sekolah Dasar Luar Biasa (SDLB) Negeri Purwosari Kudus,” *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 4, no. 3 (2016): 339.

²¹ Sonia Indah Pratiwi, “Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Guru Pada Sekolah Luar Biasa (SLB) Harapan Bunda Kota Dumai” (Universitas Islam Riau, 2022), 92.

²² Anri Saputra, Kadar, and Vivik Shofiah, “Sabar Dan Tawakkal Sebagai Solusi Dalam Mengatasi Stres Guru Sekolah Luar Biasa,” *Jurnal Psikologi* 18, no. 1 (2021): 78.

Tawakal dengan Penerimaan diri Pada Orang Tua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di Pekanbaru” menunjukkan hasil semakin tinggi tawakal diri orang tua maka semakin tinggi pula tingkat penerimaan diri orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.²³

Khususnya pada Pondok Pesantren Al Achsaniyyah Kudus, telah dilakukan penelitian oleh Ekmil Lana Dina dengan judul “Pemenuhan Hak Pendidikan Bagi Anak Autis di Ponpes Al-Achsaniyyah Kudus.” Penelitian ini menunjukkan hasil yaitu pemenuhan hak pendidikan bagi anak autis melalui dua model yaitu kelas besar dan kelas kecil, santri autis dibagi menjadi tiga kelompok yaitu belum mandiri, cukup mandiri dan mandiri, serta elemen pendidikan inklusi yang dibangun meliputi *input*, proses dan *output*.²⁴ Penelitian lain yaitu oleh Maryatul Kibtyah, Siti Fatimah, dan Khabib Akbar Maulana dengan judul “Metode Bimbingan Agama Islam Bagi Santri Autis Di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah Kudus.” Penelitian tersebut menunjukkan hasil bahwa metode bimbingan agama Islam bagi santriautis di Pondok Pesantren Anak Berkebutuhan Khusus Al-Achsaniyyah Kudus dilaksanakan melalui tiga tahap, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi.²⁵ Serta penelitian oleh Dewi Latifatul Makfuah dengan judul “Pembelajaran PAI Bagi Anak Autis di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah Kudus.” Penelitian tersebut menunjukkan hasil bahwa kurikulum yang digunakan di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah adalah kombinasi antara kurikulum dari Dinas pendidikan dengan kurikulum yang di desain sendiri oleh Pondok Pesantren.²⁶

²³ Andri, “Hubungan Antara Tawakal Dengan Penerimaan Diri Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus Di Pekanbaru” (Universitas Islam Riau, 2018).

²⁴ Ekmil Lana Dina, “Pemenuhan Hak Pendidikan Bagi Anak Autis Di Ponpes Al-Achsaniyyah Kudus” (Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2019), 102.

²⁵ Maryatul Kibtyah, Siti Fatimah, and Khabib Akbar Maulana, “Metode Bimbingan Agama Islam Bagi Santri Autis Di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah Kudus,” *Proceeding of International Conference on Islamic Guidance and Counseling* 2 (2022): 257.

²⁶ Dewi Latifatul Makfuah, “Pembelajaran PAI Bagi Anak Autis Di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah Kudus” (Institut Agama Islam Negeri Kudus, 2018), 85.

Berdasarkan penelitian tersebut, keunggulan yang ada dalam penelitian yang peneliti lakukan terletak pada variable penelitian, yaitu tawakal yang memiliki kesesuaian dengan motto Pondok Pesantren Al- Achsaniyyah yaitu SIAP (Semangat, Istiqomah, Amanah dan Pasrah). Tawakal atau yang berarti pasrah kepada Allah merupakan salah satu *maqam* tasawuf. Selain itu penelitian terdahulu yang telah dilakukan di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah Kudus belum ada yang membahas secara khusus mengenai guru yang mengajar di Pondok Pesantren Al- Achsaniyyah Kudus, karena lebih banyak penelitian terdahulu yang lebih berfokus pada santri autisnya. Berdasarkan beberapa keunggulan tersebut, penulis mengembangkan ide dan menuangkannya dalam skripsi yang berjudul **Implikasi Tawakal terhadap Stres Kerja Guru Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah Kudus.**

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, peneliti memfokuskan penelitian pada implikasi tawakal yang digunakan sebagai upaya mengatasi stress kerja yang dialami oleh guru pengajar anak berkebutuhan khusus di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah, Kecamatan Bae, Kabupaten Kudus. Tawakal merupakan salah satu *maqam* dalam dalam tasawuf yang artinya mengandalkan Allah dalam menyelesaikan segala urusan, menyandarkan diri kepada Allah, dan melakukan ikhtiar dengan meyakini bahwa Allah adalah Dzat yang Maha Memberi rezeki, Pencipta, Yang Menghidupkan, Yang Mematikan, tidak ada ilah selain-Nya.²⁷

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka masalah yang akan menjadi fokus penelitian ini adalah:

1. Bagaimana stres kerja pada guru Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah Kudus?
2. Bagaimana tawakal pada guru Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah Kudus?
3. Bagaimana implikasi tawakal terhadap stres kerja guru Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah Kudus?

²⁷ Basri, *Indahnya Tawakal*, 17.

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk memahami stres kerja guru Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah Kudus
2. Untuk memahami tawakal guru Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah Kudus
3. Untuk menganalisis implikasi tawakal terhadap stres kerja guru Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah Kudus

E. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Manfaat penelitian secara teoritis

Untuk menambah khazanah keilmuan tentang Tasawuf yang berkaitan dengan konsep tawakal. Serta mengenai stres kerja yang dalam konsep islami dapat ditelaah dalam kajian psikoterapi. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam kajian tasawuf dan psikoterapi dalam ranah akademik.
2. Manfaat penelitian secara praktis
 - a. Bagi Mahasiswa

Untuk referensi keilmuan bagi mahasiswa yang ingin melakukan penelitian dan diharapkan dapat memberikan wawasan keilmuan tentang tawakal agar dapat memahami peran tawakal dalam kehidupannya agar lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT. Mampu memberikan praktik konsep Tasawuf dalam kehidupan sehari-hari. Serta menambah wawasan bagi mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi tentang tawakal dalam mata kuliah Tasawuf sosial, Studi teks tasawuf, dan Tasawuf *thibbil qulub*. Dalam bidang Psikoterapi mengenai stres kerja pada mata kuliah Psikologi klinis dan Konseling dan psikoterapi.
 - b. Bagi Guru

Sebagai bahan review untuk mengembangkan dan menerapkan tawakal sebagai upaya mengatasi stres kerja yang dialami oleh guru guru di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah Kudus. Serta sebagai sarana memahami diri, pengembangan potensi diri,

serta potensi keagamaan yang dapat bermanfaat dalam upaya mengelola permasalahan yang berkaitan stres kerja agar mampu dikelola dengan optimal.

c. Bagi Masyarakat

Sebagai bahan bacaan maupun informasi mengenai gambaran tawakal yaitu berserah diri kepada Allah atas segala usaha atau ikhtiar yang telah dilakukan. Serta sebagai gambaran stres kerja secara umum yang terjadi pada guru anak berkebutuhan khusus.

F. Sistematika Penulisan

Untuk mempermudah dalam memahami permasalahan yang dikaji dalam penelitian skripsi ini, maka akan disusun sistematika penulisan secara utuh dan sistematis yang terdiri dari lima bab. Pada masing-masing bab akan dibagi menjadi beberapa sub bab. Adapun sistematika pembahasan dalam penelitian ini sebagai berikut:

Bab I : PENDAHULUAN

Meliputi latar belakang masalah, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II : LANDASAN TEORI

Berisi landasan teori tentang tawakal dan stress kerja yang meliputi tawakal (pengertian tawakal, hakikat tawakal, bentuk tawakal) stres kerja (pengertian stres kerja, gejala stres kerja, aspek stress kerja, sumber stres kerja, faktor yang mempengaruhi stres kerja, dan dampak dari stres kerja), dan kerangka berfikir.

Bab III : METODE PENELITIAN

Meliputi jenis dan pendekatan penelitian, *setting* penelitian, subjek penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, pengujian keabsahan data serta teknik analisis data.

Bab IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Meliputi pembahasan mengenai stres kerja dalam menjalankan pekerjaan sebagai guru, tawakal dalam menjalankan pekerjaan sebagai guru dan implikasi tawakal sebagai upaya

mengatasi stres kerja guru di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah Kudus

Bab V : KESIMPULAN

Meliputi kesimpulan yang mengulas isi pembahasan dan saran agar penulisan seperti ini dapat dilakukan lebih baik dimasa yang akan datang.

