

## ABSTRAK

Padatnya kegiatan sehari-hari serta banyaknya tuntutan tugas di pondok pesantren membuat santri baru harus menyesuaikan diri dengan kegiatan di pondok pesantren, penyesuaian diri dengan lingkungan tersebut merupakan salah satu stresor bagi santri, sehingga santri mengalami stres. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat stres yang dialami santri baru di pondok pesantren Nazhatutthullab.

Design penelitian ini *deskriptif* dengan populasi semua santri baru sebesar 59 santriwan di pondok pesantren Nazhatutthullab. Besar sampel 59 responden, pengambilan sampel menggunakan *non probability sampling* dengan menggunakan teknik *total sampling*. Variabel dalam penelitian ini Tingkat stres. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner stres yang diambil dari komponen DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*). Data dianalisis dengan statistik deskriptif.

Hasil penelitian didapatkan dari 59 responden sebagaimana besar (55,9%) memiliki tingkat stres ringan, sebagian kecil (18,6%) memiliki tingkat stres normal, sebagian kecil (15,3) memiliki tingkat stres sedang, sebagian kecil (10,2%) memiliki tingkat stres berat, dan tidak satu pun (0%) memiliki tingkatstres sangat berat.

Sebagian besar santriwan baru merasa stres akibat padatnya kegiatan sehari- hari, banyaknya tugas, serta tuntutan waktu yang harus dijalani santriwan baru di lingkungan pesantren, oleh karena itu pengurus atau pembimbing perlu memberikan santri waktu refreshing di hari libur. Agar santriwan baru dapat menyesuaikan diri dengan jadwal kegiatan yang sudah ditetapkan dipondok pesantren tanpa merasa terbebani.

**Kata kunci: Tingkat Stress, pondok pesantren, santri baru**