

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi, mahasiswa adalah peserta didik yang menempuh jenjang pendidikan tinggi setelah lulus dari jenjang pendidikan menengah.¹ Mahasiswa perlu menyelesaikan masa kuliahnya dengan maksimal tujuh tahun akademik untuk mendapatkan gelar sarjana sebagaimana yang dijelaskan dalam aturan Permendikbud No. 3 Tahun 2020 pasal 17.² Untuk memperoleh gelar sarjana, mahasiswa tingkat akhir diwajibkan untuk mengerjakan tugas akhirnya yaitu skripsi. Menurut Wiratha, penulisan skripsi memiliki tujuan untuk memberikan pengalaman belajar kepada para mahasiswa dalam menyelesaikan permasalahan ilmiah yang mereka temui dengan melalui penelitian.³ Namun, saat mahasiswa menjalani proses pengerjaan skripsi, mahasiswa tidak jarang mengalami berbagai permasalahan.

Pada kenyataannya, seringkali mahasiswa menganggap bahwa skripsi merupakan beban bagi mereka. Banyak mahasiswa yang mengalami permasalahan dalam mengerjakan skripsi, seperti dalam penulisan skripsi,

¹ Pemerintah Pusat, "Undang-undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi," 2012, 5, <https://peraturan.bpk.go.id/>.

² Kemendikbud, "Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2020 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi," 2020, <https://peraturan.bpk.go.id/>.

³ Zafira Ramadhani dan Nurul Hartini, "Hubungan antara Perfeksionisme dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi," *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2022, 2, <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>.

adanya tuntutan dari keluarga dan lingkungan, perencanaan untuk masa depan, dan juga merasa tertekan ketika mendapati teman yang selangkah lebih maju dari individu tersebut.⁴ Dari berbagai permasalahan tersebut, mahasiswa menganggap skripsi merupakan beban tersendiri bagi mereka sehingga mereka mengalami kesulitan dalam mengerjakan skripsi yang dapat menyebabkan stress pada mahasiswa. Dalam proses penulisan skripsi, mahasiswa mengalami berbagai macam distress psikologis seperti kecemasan, kesulitan tidur, gelisah, sakit kepala, gugup, depresi, pikiran menjadi kacau, dan cepat merasa lelah.⁵

Dari temuan data di lapangan, peneliti melakukan wawancara singkat terhadap 15 orang mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi bahwa 15 orang mahasiswa tersebut memiliki tahapan pengerjaan skripsi yang berbeda-beda. Ada beberapa mahasiswa yang masih merevisi proposalnya dari awal setelah melakukan seminar proposal karena mengganti metode dan variabel penelitiannya, ada mahasiswa yang sudah lanjut penelitian, mengerjakan bab empat dan bab enam, serta ada mahasiswa yang sudah menyelesaikan semua bab dan hanya melakukan revisi.

Peneliti juga telah melakukan wawancara lebih dalam terhadap empat orang mahasiswa semester 8, 10, 12, dan 14 Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri. Mahasiswa semester 14 tersebut beinisial U. Subjek

⁴ Aisyah Riskia Pujantoro, “Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta,” 2021, 3.

⁵ Alifa Nuraini dan Endah Nawangsih, “Pengaruh Efikasi Diri Menyelesaikan Skripsi terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Universitas Islam Bandung” 2, no. 2 (2022): 312.

U mengungkapkan bahwa ia mengalami kesulitan dalam penyusunan skripsi yang berubah. Dari kesulitan tersebut, subjek U belum bisa menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu. Selain itu, ada faktor lain yang menyebabkan ia tidak tepat waktu dalam menyelesaikan skripsi yaitu adanya faktor keluarga di mana ia memiliki sedikit gangguan cemas karena ibu subjek U meninggal dunia secara mendadak. Subjek U merasa sedih saat mengerjakan skripsi sehingga dapat mempengaruhi subjek U dalam menyelesaikan skripsi.⁶

Adapun dari mahasiswa semester 12 yang berinisial T. Subjek T mengungkapkan bahwa subjek T mengalami kesulitan saat mengerjakan skripsi di mana ia kesulitan membagi waktu antara mengerjakan skripsi dan bekerja. Kesulitan tersebut membuat Subjek T merasa sedikit kurang tenang saat mengerjakan skripsi dan ia merasa lelah harus bekerja dan mengerjakan skripsi. Hal tersebut sedikit membuat subjek T tertekan.⁷

Peneliti juga mewawancarai mahasiswa semester 10 berinisial L. Subjek L mengungkapkan bahwa subjek L mengalami kesulitan di mana kesulitan tersebut ada pada dirinya sendiri seperti permasalahan mental, niat dan kesiapan dalam mengerjakan skripsi. Dari ketidaksiapan tersebut, subjek L mengulur-ulur waktu dalam mengerjakan skripsi. Selain itu, Subjek L memiliki perasaan cemas dan takut jika skripsinya tidak selesai.

⁶ Hasil wawancara terhadap mahasiswa semester 14 inisial U pada tanggal 11 Juli 2023.

⁷ Hasil wawancara terhadap mahasiswa semester 12 inisial T pada tanggal 10 Juli 2023.

Subjek L juga mengalami tekanan dari saudara dan teman-temannya karena belum selesai mengerjakan skripsi.⁸

Kemudian, peneliti juga melakukan wawancara terhadap mahasiswa semester 8 yang berinisial D. Subjek D mengungkapkan bahwa ia mengalami kesulitan dalam menyusun skripsi dan juga kesulitan saat menghubungi dosen pembimbing untuk melakukan proses bimbingan skripsi karena jadwal dari dosen pembimbing tidak menentu ketika akan bimbingan.⁹ Subjek D juga bekerja selama proses mengerjakan skripsi, sehingga dapat menghambat subjek D dalam menyelesaikan skripsinya dengan tepat waktu.

Dari hasil wawancara yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa ke empat mahasiswa tersebut tidak dapat menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu dikarenakan terdapat permasalahan-permasalahan dari masing-masing individu, mulai dari faktor keluarga, penulisan skripsi, kesiapan dalam mengerjakan skripsi, manajemen waktu, dan faktor dosen pembimbing yang sulit dihubungi. Peneliti juga mendapatkan data mahasiswa yang mengambil mata kuliah skripsi dari akademik Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri, di mana dari data tersebut diketahui bahwa masih banyak mahasiswa yang tidak menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu. Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti terhadap tiga mahasiswa tersebut, mahasiswa mengalami kesulitan dan distress

⁸ Hasil wawancara terhadap mahasiswa semester 10 inisial L pada tanggal 17 Februari 2023.

⁹ Hasil wawancara terhadap mahasiswa semester 8 inisial D pada tanggal 10 Juli 2023.

psikologis tersendiri karena setiap mahasiswa memiliki sumber stress masing-masing.

Kementrian Kesehatan di Amerika melaporkan bahwa mahasiswa memiliki sumber stress yang mereka alami, diantaranya adalah adanya tekanan akademik, perubahan lingkungan dengan memiliki tanggung jawab yang baru, perubahan hubungan sosial, menghadapi berbagai keputusan, mengenali identitas diri dan orientasi seksual dan juga persiapan menghadapi kehidupan setelah kuliah.¹⁰ Fawzy mengatakan bahwa stress dapat meningkatkan risiko seseorang terkena penyakit mental, mengkonsumsi alkohol, penyalahgunaan zat, prestasi akademik yang buruk, depresi dan kecemasan, serta melakukan percobaan bunuh diri.¹¹ Seperti yang dilansir dalam jpn.com, seorang mahasiswa di Palembang melakukan aksi bunuh diri dengan menggantungkan dirinya menggunakan tali nilon diduga stres karena skripsi.¹² Hal ini juga terjadi pada mahasiswa di Kediri yang nekat mengakhiri hidupnya dengan gantung diri diduga depresi karena skripsi.¹³

Berdasarkan laporan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 diketahui bahwa prevalensi gangguan mental emosional pada

¹⁰ National Health Ministries, "Stress & the College Students," 2006, <https://www.palomar.edu/bhcs/wp-content/uploads/sites/16/2014/10/Stress-and-the-College-Student.pdf>.

¹¹ Syifa Aulia dan Ria Utami Panjaitan, "*Kesejahteraan Psikologis dan Tingkat Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir*," *Jurnal Keperawatan Jiwa* 7, no. 2 (22 Agustus 2019): 127, <https://doi.org/10.26714/jkj.7.2.2019.127-134>.

¹² Jpn, "*Diduga Stres karena Skripsi, Mahasiswa di Palembang Bunuh Diri*," 8 Desember 2022, <https://m.jpn.com/news/diduga-stres-karena-skripsi-mahasiswa-di-palembang-bunuh-diri>.

¹³ Radar Kediri, "*Skripsi Belum Selesai, Mahasiswa Asal Badas Gantung Diri*," 14 Februari 2022, <https://radarkediri.jawapos.com/hukum-kriminal/14/02/2022/skripsi-belum-selesai-mahasiswa-asal-badas-gantung-diri/>.

penduduk Indonesia yang berusia 15 tahun keatas sebesar 6%.¹⁴ Sementara pada tahun 2018 diketahui bahwa prevelensi gangguan mental emosional pada penduduk Indonesia yang berusia 15 tahun keatas sebesar 9,8%.¹⁵ Dari tahun 2013 sampai dengan 2018 tersebut dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan prevelensi gangguan mental emosional pada penduduk Indonesia yang berusia 15 tahun keatas. Hal tersebut menunjukkan bahwa masih tingginya masalah gangguan mental emosional di Indonesia.

Dari fenomena-fenomena di atas dapat diketahui bahwa apabila kesejahteraan individu tidak terpenuhi dari segi fisik, mental, dan sosial maka dapat mengakibatkan munculnya masalah kesehatan, baik kesehatan fisik maupun kesehatan psikologisnya. Banyaknya permasalahan yang dialami oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mengakibatkan kondisi kesejahteraan psikologis mereka terganggu. Tuntutan akademis yang harus dilalui dan ketidaksiapan individu untuk menghadapinya dapat menyebabkan gangguan psikologis pada diri individu. Dengan demikian, setiap individu sangat penting untuk memiliki kesejahteraan psikologis, khususnya bagi mahasiswa tingkat akhir.

Menurut Ryff dan Singer, kesejahteraan psikologis adalah penghayatan dan evaluasi individu di kehidupan sehari-hari yang menunjukkan pada pengungkapan berbagai perasaan yang dirasakan individu sebagai hasil dari pengalaman hidup yang dialaminya yang tidak hanya sebatas pencapaian kepuasan individu tetapi juga mencakup upaya

¹⁴ Kementerian Kesehatan RI, “*Riset Kesehatan Dasar 2013*,” 2013, <https://dinkes.bantenprov.go.id/>.

¹⁵ Kementerian Kesehatan RI, *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020* (Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2020), <https://www.kemkes.go.id/>.

untuk mencapai keutuhan individu.¹⁶ Individu perlu mengembangkan kesejahteraan psikologis mereka agar dapat mengambil tanggung jawab mereka dan mewujudkan potensi penuh mereka. Proses penyusunan skripsi merupakan tanggung jawab bagi setiap mahasiswa tingkat akhir yang dikerjakan secara mandiri oleh mahasiswa. Tanggung jawab tersebut bukan suatu hal yang mudah untuk dilalui, sehingga dalam proses menyusun skripsi tidak hanya membutuhkan kemampuan belajar yang baik tetapi juga membutuhkan kesejahteraan psikologis yang baik pula.

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap empat orang mahasiswa di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri mengenai kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi didapatkan hasil yang didasarkan pada dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis menurut Ryff sebagai berikut. Pertama, pada aspek penerimaan diri, keempat subjek dapat menerima kelebihan dan kekurangan dalam dirinya, ia dapat menerima keadaannya di masa lalu dan masa kini. Kedua, pada aspek hubungan positif dengan orang lain, subjek U memiliki hubungan positif dengan orang di sekitarnya. Namun pada subjek T, L, dan D, mereka mengalami tekanan dari orang-orang disekitarnya saat mengerjakan skripsi. Sehingga ketiga subjek memiliki hubungan yang kurang positif dengan orang di sekitarnya.

Kemudian, yang ketiga adalah aspek kemandirian. Pada masa tenggang kuliahnya, subjek U mengungkapkan selalu konsisten dalam

¹⁶ Yulius Mario Kurniawan dan Tanti Susilarini, "Gambaran Psychological Well-Being di Komunitas Lansia Adi Yuswo Gereja St. Albertus Agung Harapan Indah Bekasi," *Jurnal IKRA-ITH Humaniora* 5, no. 2 (2021): 50.

mengerjakan skripsinya. Pada subjek T, ia menilai pada dirinya sendiri bahwa subjek T seringkali merasa malas saat mengerjakan skripsi. Pada subjek L, ia kurang dapat mengontrol perilaku dirinya karena masih mengulur waktu dalam mengerjakan skripsi dan subjek L kurang dalam kesiapan mengerjakan skripsinya. Sedangkan pada subjek D, ia dapat mengatur perilakunya saat mengerjakan skripsi.

Keempat adalah penguasaan terhadap lingkungan. Keempat subjek memiliki kesulitan masing-masing dalam penguasaan terhadap lingkungan. Subjek U memiliki gangguan kecemasan saat mengerjakan skripsi, subjek T kurang memiliki manajemen waktu yang baik, subjek L merasa tertekan, cemas dan stress dengan kondisi yang dialaminya saat mengerjakan skripsi dimana mereka mendapatkan omongan yang tidak baik dari orang lain dan juga kurang adanya dukungan dari orang-orang disekitarnya, dan subjek D merasa takut dan cemas saat mengerjakan skripsi.

Kelima adalah aspek tujuan hidup. Keempat subjek memiliki tujuan di masa depan dengan jelas yaitu segera menyelesaikan skripsi agar cepat lulus dan mendapatkan pekerjaan. Kemudian aspek yang keenam yaitu perkembangan diri. Keempat subjek suka terhadap pengalaman baru. Selain itu, subjek T dan D menyadari potensi yang ada pada dirinya. Sedangkan, subjek U dan L belum menyadari potensi yang dimilikinya.

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap tiga mahasiswa Fakultas Ushuludin dan Dakwah IAIN Kediri diketahui bahwa subjek U diindikasikan memiliki kesejahteraan psikologis yang cukup baik

di mana empat dari enam aspek terpenuhi. Kemudian, subjek T diindikasikan memiliki kesejahteraan psikologis yang cukup baik di mana tiga dari enam aspek terpenuhi. Selanjutnya, pada subjek L diindikasikan memiliki kesejahteraan psikologis yang kurang baik di mana hanya dua dari enam aspek terpenuhi. Sedangkan, subjek D diindikasikan memiliki kesejahteraan psikologis yang cukup baik di mana empat dari enam aspek terpenuhi. Sehingga dari hasil wawancara yang dilakukan diketahui bahwa kesejahteraan psikologis yang dialami oleh tiga mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri tersebut berbeda-beda.

Dari penelitian terdahulu mengenai kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, yaitu dari Haditiya dan Zulian dengan judul “*Pengaruh Religiusitas terhadap Psychological Well Being pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Universitas Negeri Padang*” diperoleh hasil bahwa dari 100 subjek sebanyak 11 mahasiswa (11%) termasuk dalam kategori tinggi dan sebanyak 89 mahasiswa (89%) termasuk dalam kategori sedang dan tidak ada dalam kategori rendah.¹⁷

Penelitian lainnya dari Dialma dan Yohana dengan judul “*Hubungan Dukungan Sosial Dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Perantauan Yang Sedang Menyusun Skripsi*” diperoleh hasil bahwa sebanyak 5 mahasiswa (7,14%) termasuk dalam kategori sangat tinggi, sebanyak 16 mahasiswa (22,85%) termasuk dalam kategori tinggi.

¹⁷ Haditiya Pratama dan Zulian Fikri, “Pengaruh Religiusitas terhadap Psychological Well Being pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Universitas Negeri Padang,” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 7, no. 2 (2023): 3774–3781.

Sebanyak 28 mahasiswa (40,00%) masuk dalam kategori sedang.¹⁸ Sedangkan untuk dua kategori bawah yaitu kategori rendah ada sebanyak 18 mahasiswa (25,71%) dan 3 mahasiswa (4,28%) ada pada kategori sangat rendah. Dari dua penelitian tersebut dapat diketahui bahwa kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi didominasi oleh kategori sedang.

Perbedaan kesejahteraan psikologis yang dialami setiap mahasiswa dipengaruhi oleh beberapa faktor. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis menurut Ryff, yaitu 1) faktor demografi, yang terdiri dari usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi dan budaya, 2) dukungan sosial, 3) evaluasi terhadap pengalaman hidup, 4) religiusitas dan 5) kepribadian.¹⁹ Selain kelima faktor tersebut, dikemukakan dalam penelitian dari Toyibah, dkk bahwa kecerdasan spiritual dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis.

Penelitian terdahulu yang dilakukan Toyibah, dkk yang meneliti tentang kesejahteraan psikologis yang menemukan adanya hubungan positif antara kecerdasan spiritual dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa penghafal Al-Quran.²⁰ Dengan memiliki kecerdasan spiritual dapat membantu seseorang menerima dirinya sendiri, mempunyai hubungan yang

¹⁸ Dialma Restuning Dityo, "Hubungan Dukungan Sosial Dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Perantauan Yang Sedang Menyusun Skripsi," *Jurnal Penelitian Psikologi* 10, no. 02 (7 April 2023): 788–99.

¹⁹ Estikomah Estikomah dan Alimatus Sahrah, "Pengaruh Persepsi Pengembangan Karier terhadap Kesejahteraan Psikologis Polisi Wanita di MAPOLDA DIY," *Prosiding Seminar Nasional Pakar*, 14 April 2019, 232, <https://doi.org/10.25105/pakar.v0i0.4234>.

²⁰ Siti A Toyibah dan Ambar Sulianti, "Pengaruh Kecerdasan Spiritual terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Penghafal AlQuran" 4, no. 2 (2017): 191–204.

positif dengan orang lain, mandiri, dapat mengendalikan lingkungannya, dapat menetapkan tujuan hidupnya dan perkembangan pribadi dimana hal-hal tersebut berkontribusi pada kesejahteraan psikologis individu.

Menurut Danah Zohar dan Ian Marshall, kecerdasan spiritual adalah kemampuan untuk menghadapi dan mengatasi masalah makna dan nilai, yaitu kemampuan untuk menempatkan perilaku dan kehidupan seseorang dalam konteks yang lebih luas dan kemampuan untuk menilai bahwa tindakan atau cara hidup seseorang lebih penting daripada yang lain.²¹ Seseorang yang mempunyai kecerdasan spiritual yang tinggi dapat memberikan makna positif pada segala sesuatu yang dilaluinya dalam hidup, termasuk masalah, peristiwa, dan penderitaan. Seseorang mampu mengembangkan jiwanya dan mengambil tindakan positif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologisnya dengan memberikan makna positif pada apa yang dialaminya.

Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan yang ada pada manusia yang berhubungan dengan pikiran sadar. Individu menggunakan kecerdasan spiritual untuk menghadapi masalah eksistensial yaitu ketika individu merasa terpuruk, khawatir, dan sedih. Dengan memiliki kecerdasan spiritual menjadikan individu sadar bahwa individu memiliki permasalahan dan membuat individu mampu mengatasinya atau berdamai dengan permasalahan tersebut.²²

²¹ Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Hollistik untuk Memaknai Kehidupan* (Bandung: Mizan, 2000), 4.

²² Zohar dan Marshall, 12.

Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memerlukan kecerdasan spiritual untuk mengatasi permasalahan-permasalahan dan dapat mengambil makna positif terhadap apa yang dilaluinya. Cerdas secara spiritual dapat ditandai dengan kedekatan individu terhadap Tuhannya. Dari kedekatan individu terhadap Tuhannya dapat membuat individu memiliki visi dan nilai, serta memiliki kemampuan untuk menghadapi kesulitan dan permasalahan hidup yang kemudian dapat membuat individu dapat mencapai makna dalam kehidupannya.²³ Dari hal tersebut, kecerdasan spiritual memiliki kaitan dengan proses penyelesaian skripsi. Dengan memiliki kecerdasan spiritual, mahasiswa dapat mengatasi permasalahan saat mengerjakan skripsi, memiliki keyakinan untuk dapat menyelesaikan skripsi, lebih dapat memaknai alur kehidupannya, dan dapat menemukan titik kebahagiaannya.

Menurut Viitpoom dan Saat, individu dapat mencapai kesejahteraan psikologis apabila individu mampu mencapai kebahagiaan yang disertai dengan pemaknaan dalam hidup.²⁴ Ratni dan Rastogi menyatakan bahwa makna dalam hidup merujuk pada pandangan bahwa manusia akan terdorong untuk menemukan makna hidupnya, yaitu memahami hakikat keberadaannya, arti penting arah kehidupan.²⁵ Individu yang memiliki kecerdasan spiritual dapat menguraikan arti kehidupan dengan positif dalam setiap kejadian, permasalahan, dan penderitaan yang dialami karena

²³ Toyibah dan Sulianti, “Pengaruh Kecerdasan Spiritual terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Penghafal AlQuran,” 193.

²⁴ Suryani Hardjo, Siti Aisyah, dan Sri Intan Mayasari, “Bagaimana Psychological well being Pada Remaja ? Sebuah Analisis Berkaitan Dengan Faktor Meaning In Life,” Jurnal Diversita 6, no. 1 (2 Juni 2020): 66, <https://doi.org/10.31289/diversita.v6i1.2894>.

²⁵ Hardjo, Aisyah, dan Mayasari, 66.

kecerdasan spiritual merupakan kecerdasan jiwa dimana dapat membantu individu untuk menyembuhkan dan membangun diri individu secara utuh.

Menurut Danah Zohar dan Ian Marshall, kecerdasan spiritual dapat mengarahkan individu untuk bertindak dengan tepat dan menunjukkan ukuran kepuasan serta kinerja tinggi. Kecerdasan spiritual dapat menumbuhkan motivasi pada mahasiswa untuk mencapai keberhasilan dalam belajar karena mendorong fungsi kecerdasan lainnya dalam diri manusia yaitu kecerdasan intelektual secara efektif. Penelitian terdahulu dari Devi, Ahmad, dan Resekiani dengan judul “Hubungan antara Kecerdasan Spiritual dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa” yang hasilnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan spiritual dengan motivasi belajar pada mahasiswa Universitas Negeri Makassar.²⁶ Individu yang memiliki kecerdasan spiritual mampu mengembangkan pemahaman tentang visi yang dapat menumbuhkan motivasi belajar dengan melalui perubahan untuk memenuhi kebutuhan sehingga dapat meningkatkan prestasi.

Melihat dari penelitian terdahulu tersebut, peneliti menduga bahwa mahasiswa yang memiliki kecerdasan spiritual dapat menumbuhkan motivasi untuk menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu. Hal ini juga dapat dilihat dari aspek-aspek kecerdasan spiritual dari teori Danah Zohar dan Ian Marshall. Jika mahasiswa memenuhi semua aspek dalam

²⁶ Devi Permatasari, Ahmad Razak, dan Resekiani Mas Bakar, “Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa,” *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa* 1, no. 4 (April 2022): 133–46.

kecerdasan spiritual, maka mahasiswa dapat menghadapi permasalahannya sehingga mahasiswa dapat menyelesaikan skripsinya dengan tepat waktu.

Berdasarkan pemaparan-pemaparan di atas dapat diketahui bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memiliki permasalahan dalam kesejahteraan psikologis dikarenakan adanya kesulitan saat penulisan skripsi, adanya tekanan dari keluarga dan lingkungan, ketidaksiapan individu dalam mengerjakan skripsi, adanya kecemasan dan kegelisahan yang dirasakan saat mengerjakan skripsi. Dalam mengatasi berbagai permasalahan yang timbul saat pengerjaan skripsi diperlukan kemampuan menyesuaikan diri dan mengatasi persoalan tersebut dan mengambil hikmah dari setiap permasalahan yang dihadapi atau disebut dengan kecerdasan spiritual. Sehingga peneliti tertarik untuk menggunakan kecerdasan spiritual sebagai variabel bebas dalam penelitian ini karena kecerdasan spiritual memiliki peranan penting untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang baik pada individu dalam menghadapi setiap permasalahan, termasuk permasalahan yang dihadapi mahasiswa saat mengerjakan skripsi. Selain itu, berdasarkan penelitian terdahulu dari Toyibah, dkk menemukan hubungan yang positif antara kecerdasan spiritual dan kesejahteraan psikologis, sehingga peneliti memilih kecerdasan spiritual sebagai variabel bebas.

Adapun penelitian terdahulu tentang kecerdasan spiritual pada mahasiswa tingkat akhir, yaitu dari Asrun, Aspin dan Dodi dengan judul *“Hubungan antara Tingkat Kecerdasan Spiritual dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Psikologi yang Menyusun Skripsi di Universitas Halu*

Oleo Tahun Akademik 2018/2019" diperoleh hasil bahwa 8 mahasiswa (18,6%) masuk dalam kategori tinggi, 27 mahasiswa (62,7%) termasuk dalam kategori sedang dan sisanya sebanyak 8 mahasiswa (18,6%) termasuk dalam kategori rendah.²⁷

Penelitian lainnya dari Nabila Khoirunisa dengan judul "Pengaruh Kecerdasan Spiritual terhadap Prokrastinasi Akademik dalam Menyusun Skripsi (Studi pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan 2015)" diperoleh hasil bahwa sebanyak 112 mahasiswa (70%) termasuk dalam kategori rendah dan sebanyak 48 mahasiswa (30%) termasuk dalam kategori tinggi.²⁸ Dari dua hasil penelitian mengenai kecerdasan spiritual diperoleh hasil bahwa kecerdasan spiritual keduanya berbeda, di mana pada penelitian Asrun, Aspin dan Dodi didominasi oleh kategori sedang, sedangkan pada penelitian Nabila Khoirunnisa didominasi oleh kategori rendah.

Adapun kriteria mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang mengambil mata kuliah skripsi dari angkatan 2016-2019 di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri dan sudah melalui tahap seminar proposal. Hal ini dikarenakan peneliti menemukan permasalahan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi yang sudah melalui tahap seminar proposal di lokasi penelitian.

²⁷ Muhammad Asrun, Aspin, dan Dodi Priyatmo Silondae, "Hubungan antara Tingkat Kecerdasan Spiritual dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Psikologi yang Menyusun Skripsi di Universitas Halu Oleo Tahun Akademik 2018/2019," *Jurnal SUBLIMAPSI* 1, no. 1 (2020): 44–50, <http://dx.doi.org/10.36709/sublimapsi.v1i1.10732>.

²⁸ Nabila Khoirunnisa, "Pengaruh Kecerdasan Spiritual terhadap Prokrastinasi Akademik dalam Menyusun Skripsi: Studi Penelitian pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan 2015" (Bandung, UIN Sunan Gunung Djati, 2019).

Institut Agama Islam Negeri Kediri merupakan salah satu lembaga perguruan tinggi berbasis Islam yang selalu berusaha menanamkan nilai-nilai spiritualitas di dalam setiap proses perkuliahan. Hal ini dapat dilihat dari visi IAIN Kediri yaitu menjadi Perguruan Tinggi unggul bertaraf internasional dalam pengembangan keilmuan, keislaman, dan keindonesiaan, dimana dalam pengembangan keislamannya berusaha untuk mensinergikan ilmu pengetahuan, sikap dan perilaku dengan ruh Islam dalam mengatasi permasalahan kehidupan. Di IAIN Kediri terdapat beberapa macam fakultas, yaitu Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Fakultas Tarbiyah, Fakultas Syari'ah, dan Fakultas Ekonomi dan Bisnis. Fakultas Ushuluddin dan Dakwah merupakan fakultas tertua yang ada di IAIN Kediri.

Dari hasil observasi awal, peneliti menemukan bahwa banyak dari mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri mengalami berbagai permasalahan terkait dengan proses pengerjaan skripsi dimana mereka mengalami distress psikologis seperti kecemasan, ketakutan, merasa gelisah, dan stress saat mengerjakan skripsi. Hal tersebut memperlihatkan indikasi mahasiswa mengalami kesejahteraan psikologis yang tidak baik. Oleh karena itu, mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri sangat representatif untuk penelitian tentang kesejahteraan psikologis yang berhubungan dengan kecerdasan spiritual dalam menanamkan nilai-nilai spiritualitas dalam proses perkuliahan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai “Hubungan antara Kecerdasan Spiritual dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri”.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri?
2. Bagaimana tingkat kecerdasan spiritual pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri?
3. Seberapa besar hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri?

C. Tujuan Penelitian

Mengacu pada rumusan masalah di atas, tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri

2. Untuk mengetahui tingkat kecerdasan spiritual pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri
3. Untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan di bidang psikologi khususnya psikologi klinis. Penelitian terkait kecerdasan spiritual dan kesejahteraan psikologis juga dapat memperkaya penelitian-penelitian sebelumnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pembaca khususnya mahasiswa untuk meningkatkan kecerdasan spiritual guna untuk mencegah permasalahan kesejahteraan psikologis.

- b. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi peneliti-peneliti selanjutnya yang berminat untuk meneliti tentang variabel kecerdasan spiritual dan kesejahteraan psikologis sebagai landasan dalam melakukan penelitian selanjutnya.

c. Bagi IAIN Kediri

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi dan referensi untuk perguruan tinggi yang berkaitan dengan kecerdasan spiritual dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

E. Asumsi Penelitian

Menurut Sekaran, asumsi penelitian adalah titik tolak logika berpikir dalam penelitian yang kebenarannya diterima oleh peneliti. Asumsi penelitian merupakan suatu kejadian atau situasi yang dianggap benar, sehingga kebenarannya tidak diragukan.²⁹ Peneliti berasumsi bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi yang cerdas secara spiritual akan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik.

Mahasiswa yang cerdas secara spiritual mampu bersikap fleksibel dari segala situasi dan kondisi yang dihadapi, termasuk saat mengerjakan skripsi. Dengan memiliki sikap fleksibel terhadap segala kondisi yang

²⁹ Etta Mamang Sangadji dan Sopiah, *Metodologi Penelitian Pendekatan Praktis dalam Penelitian* (Yogyakarta: CV Andi Offset, 2010), 121–22.

dihadapi, mahasiswa akan mampu menghadapi permasalahan-permasalahan saat mengerjakan skripsi sehingga mahasiswa memiliki kesejahteraan psikologis yang baik.

Sehingga asumsi peneliti, ketika tingkat kecerdasan spiritual tinggi maka mahasiswa tersebut memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi pula, begitupun sebaliknya. Ketika tingkat kecerdasan spiritual mahasiswa rendah, maka tingkat kesejahteraan psikologis pun terbilang rendah. Kecerdasan spiritual menjadi pendorong terbentuknya kesejahteraan psikologis yang baik pada seorang mahasiswa karena dapat beradaptasi dengan setiap permasalahan dan segala kondisi yang dilaluinya.

F. Ruang Lingkup Penelitian

1. Penelitian ini berlokasi di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, IAIN Kediri. Peneliti memilih lokasi tersebut dikarenakan IAIN Kediri merupakan salah satu lembaga perguruan tinggi berbasis Islam yang selalu berusaha menanamkan nilai-nilai spiritualitas di dalam setiap proses perkuliahan dan juga didalamnya terdapat banyak mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.
2. Objek penelitian yaitu mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri yang sedang mengerjakan skripsi.

G. Penelitian Terdahulu

1. Jurnal yang ditulis oleh Ibrahim, Burhan, Mohamed, Mahmud, dan Abdullah melakukan penelitian mengenai kecerdasan emosional,

kecerdasan spiritual dan kesejahteraan psikologis yang berjudul “*Emotional Intelligence, Spiritual Intelligence and Psychological well-being: Impact on Society*”.³⁰ Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa Pertama, terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kecerdasan emosional (yaitu, kesadaran diri, kesadaran sosial dan penerimaan emosi) dan kecerdasan spiritual. Kedua, terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan kesejahteraan psikologis. Ketiga, terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kecerdasan spiritual dengan kesejahteraan psikologis. Keempat, terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kecerdasan emosional, kecerdasan spiritual dan kesejahteraan psikologis. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian dari Ibrahim, Burhan, Mohamed, Mahmud, dan Abdullah adalah: 1) lokasi penelitian ini dilakukan di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri, sedangkan pada penelitian Ibrahim, Burhan, Mohamed, Mahmud, dan Abdullah lokasi penelitian bertempat di salah satu instansi pemerintah di Pahang, Malaysia; 2) teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *proportionate stratified random sampling*, sedangkan pada penelitian Ibrahim, Burhan, Mohamed, Mahmud, dan Abdullah menggunakan *purposive sampling*; 3) analisis data dalam penelitian ini menggunakan *SPSS for windows*

³⁰ Nurshahira Ibrahim dkk., “Emotional Intelligence, Spiritual Intelligence and Psychological Well-Being: Impact on Society,” *Malaysian Journal of Society and Space* 18, no. 3 (31 Agustus 2022): 90–103, <https://doi.org/10.17576/geo-2022-1803-06>.

versi 26.0, sedangkan pada penelitian Ibrahim, Burhan, Mohamed, Mahmud, dan Abdullah menggunakan *SmartPLS*. Kemudian, persamaan penelitian ini dengan penelitian dari Ibrahim, Burhan, Mohamed, Mahmud, dan Abdullah adalah: 1) sama-sama meneliti mengenai kecerdasan spiritual dengan kesejahteraan psikologis; 2) pendekatan yang dilakukan sama-sama menggunakan pendekatan kuantitatif.

2. Jurnal yang ditulis oleh Seth dan Asudani melakukan penelitian yang membahas tentang kecerdasan spiritual dan kesejahteraan psikologis yang berjudul “*Spiritual Quotient and Psychological Well-being Among Undergraduate Engineering Students*”.³¹ Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara tingkat spiritualitas dan tingkat kesejahteraan psikologis seorang siswa. Siswa yang memiliki tingkat spiritual yang tinggi mengalami rasa kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Sehingga dapat menerima fakta bahwa tingkat spiritualitas adalah salah satu factor pendukung penting untuk keseluruhan perkembangan individu di mana kesejahteraan psikologis memainkan peran yang penting. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Seth dan Asudani adalah: 1) pada penelitian ini subjek yang digunakan adalah mahasiswa S1 teknik, sedangkan pada penelitian ini subjek yang digunakan adalah mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi; 2) skala kecerdasan

³¹ Dr Monika R Seth dan Dr V H Asudani, “Spiritual Quotient and Psychological Well-Being Among Under Graduate Engineering Students,” *Journal of International Academic Research for Multidisciplinary* 2, no. 12 (2015): 336–38.

spiritual yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala kecerdasan spiritual dari Danah Zohar dan Ian Marshall, sedangkan penelitian dari Seth dan Asudani menggunakan kuesioner dari Murli Menon. Kemudian, persamaan penelitian ini dengan penelitian dari Seth dan Asudani adalah: 1) sama-sama membahas mengenai kecerdasan spiritual dan kesejahteraan psikologis; 2) sama-sama menggunakan skala kesejahteraan psikologis dari Ryff.

3. Jurnal yang ditulis oleh Jasmindebora, Sudheer, Vasantha, Bhavani, dan J. Rohith melakukan penelitian yang membahas tentang kecerdasan spiritual dengan kesejahteraan psikologis yang berjudul “*Relationship between Spiritual Intelligence and Psychological Well-being*”.³² Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang cukup positif antara Kecerdasan Spiritual dan kesejahteraan Psikologis. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian dari Jasmindebora, Sudheer, Vasantha, Bhavani, dan J. Rohith , yaitu: 1) pada penelitian ini, subjek yang digunakan adalah mahasiswa keperawatan, sedangkan pada penelitian Jasmindebora, Sudheer, Vasantha, Bhavani, dan J. Rohith menggunakan mahasiswa keperawatan; 2) lokasi penelitian ini dilakukan di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri, sedangkan penelitian Jasmindebora, Sudheer, Vasantha, Bhavani, dan J. Rohith dilakukan di NRI *College of Nursing*, Chinakakani, Guntur (Dt),

³² S Jasmindebora dkk., “Relationship between Spiritual Intelligence and Psychological Well-Being,” *The International Journal of Indian Psychology* 7, no. 1 (2019): 990–96, <https://doi.org/10.25215/0701.113>.

- AP; 3) teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *proportionate stratified random sampling*, sedangkan penelitian dari Jasmindebora, Sudheer, Vasantha, Bhavani, dan J. Rohith menggunakan teknik *non-probability purposive sampling*. Sedangkan, persamaan penelitian ini dengan penelitian dari Jasmindebora, Sudheer, Vasantha, Bhavani, dan J. Rohith, yaitu 1) sama-sama menggunakan kecerdasan spiritual sebagai variabel bebas dan kesejahteraan psikologis sebagai variabel terikat; 2) pendekatan yang dipilih sama-sama menggunakan kuantitatif.
4. Jurnal yang ditulis oleh Toyibah, Sulianti dan Tahrir melakukan penelitian yang membahas tentang kecerdasan spiritual dan kesejahteraan psikologis dengan judul “*Pengaruh Kecerdasan Spiritual terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Penghafal Qur’an*”.³³ Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara kecerdasan spiritual dan kesejahteraan psikologis. Semakin tinggi kecerdasan spiritual, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis yang dimilikinya. Selanjutnya, diketahui bahwa variabel kecerdasan spiritual memberikan sumbangan efektif sebesar 60,4% terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa penghafal Alquran. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Toyibah, Sulianti dan Tahrir, yaitu: 1) pada penelitian ini menggunakan mahasiswa yang

³³ Toyibah dan Sulianti, “Pengaruh Kecerdasan Spiritual terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Penghafal AlQuran.”

sedang mengerjakan skripsi sebagai subjek penelitian, sedangkan pada penelitian Toyibah, Sulianti dan Tahrir menggunakan mahasiswa penghapal Qur'an sebagai subjek penelitian. Sedangkan persamaan penelitian ini dengan penelitian Toyibah, Sulianti dan Tahrir adalah: 1) sama-sama meneliti tentang kecerdasan spiritual dan kesejahteraan psikologis; 2) pendekatan yang digunakan sama-sama menggunakan kuantitatif.

5. Jurnal yang ditulis oleh Hamidah dan Gamal melakukan penelitian yang membahas tentang kesejahteraan psikologis dengan judul "*Hubungan Religiusitas dengan Psychological Well-Being pada Anggota Satpamwal Denma Mabes TNI*".³⁴ Hasil analisis data menggunakan metode *bivariate correlation*, disimpulkan ada hubungan yang signifikan dengan arah positif antara religiusitas dengan *psychological well-being*. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Hamidah dan Gamal, yaitu: 1) pada penelitian ini menggunakan kecerdasan spiritual sebagai variabel bebas, sedangkan pada penelitian Hamidah dan Gamal menggunakan religiusitas sebagai variabel bebas; 2) responden dalam penelitian ini menggunakan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, sedangkan pada penelitian Hamidah dan Gamal menggunakan anggota Satpamwal Denma TNI sebagai responden penelitian. Persamaan penelitian ini dengan penelitian Hamidah dan Gamal

³⁴ Tjitjik Hamidah, Jalan Diponegoro, dan Hendri Gamal, "Hubungan Religiusitas dengan Psychological Well-Being pada Anggota SATPAMWAL DENMA MABES TNI," *Jurnal IKRA-ITH Humaniora* 3, no. 2 (2019): 130–46.

adalah: 1) sama-sama menggunakan kesejahteraan psikologis sebagai variabel terikat; 2) pendekatan yang digunakan sama-sama menggunakan kuantitatif.

H. Definisi Operasional

a) Kesejahteraan psikologis

Kesejahteraan psikologis adalah suatu keadaan di mana individu dapat merealisasikan dirinya dengan sikap positif dan mampu membuat hidupnya lebih bermakna dengan meningkatkan potensi yang ada dalam diri individu, serta memiliki tujuan di dalam hidupnya. Alat ukur yang disusun berdasarkan dimensi yang dijelaskan oleh Ryff yang digunakan untuk mengukur variabel kesejahteraan psikologis, antara lain; penerimaan terhadap diri sendiri, mengembangkan hubungan positif dengan orang lain, mandiri, penguasaan terhadap lingkungan, menemukan tujuan hidup, dan perkembangan pribadi. Tingkat kesejahteraan psikologis juga akan tinggi jika skor keseluruhannya tinggi. Sedangkan tingkat kesejahteraan psikologis akan rendah jika skor keseluruhannya rendah.

b) Kecerdasan spiritual

Kecerdasan spiritual merupakan kemampuan yang dimiliki oleh manusia untuk menghadapi dan menyelesaikan suatu permasalahan yang dialami individu dari setiap perbuatan yang dilakukan serta dapat memberikan makna pada setiap kejadian

dalam hidupnya. Alat ukur variabel kecerdasan spiritual disusun sesuai dengan aspek-aspek yang dijelaskan oleh Zohar dan Marshall diantaranya; kemampuan bersikap fleksibel (adaptif secara spontan dan aktif), tingkat kesadaran diri yang tinggi, kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan, kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit, kualitas hidup yang diilhami oleh visi dan nilai-nilai, keengganan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu, kecenderungan untuk melihat keterkaitan antara berbagai hal (berpandangan “holistik”), kecenderungan nyata untuk bertanya “Mengapa?” atau “Bagaimana jika?” untuk mencari jawaban-jawaban yang mendasar, dan menjadi pribadi yang mandiri. Tingkat kecerdasan spiritual akan menjadi tinggi jika skor keseluruhan tinggi. Sebaliknya, tingkat kecerdasan spiritual akan rendah jika skor keseluruhannya rendah.