

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Berpikir Positif

1. Pengertian Berpikir

Berpikir adalah memberikan gambaran adanya sesuatu yang ada pada diri seseorang. Sesuatu tersebut merupakan tenaga yang dibangun oleh unsur-unsur dalam diri seseorang untuk melakukan aktivitas. Secara umum, pengertian berpikir adalah aktivitas intelektual atau mental yang melibatkan kesadaran dan subjektivitas individu. Hal ini dapat mengarah pada sesuatu berupa tindakan atau ide-ide dan pengaturan ide. Berpikir adalah hal yang mendasari segala tindakan manusia dan interaksinya.²⁹ Dalam melakukan aktivitas, manusia sebagai makhluk sosial dan individual selalu berinteraksi dengan lingkungannya. Manusia memiliki syaraf yang berbeda dalam melakukan tindakan, namun ada beberapa aktivitas lain manusia yang dipengaruhi oleh sistem pikiran manusia. Berpikir terpusat pada otak manusia.³⁰

Berpikir merupakan proses yang memengaruhi pemaknaan terhadap rangsangan-rangsangan yang melibatkan proses sensasi, persepsi, dan memori. Ketika seseorang menghadapi proses persoalan,

²⁹ Wowo Sunaryo, *Taksonomi Berpikir* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011).

³⁰ Nur Kholis, "Mengurangi Kekerasan Terhadap Anak Berbasis Pendekatan Pendekatan Pendidikan Multikultural," *Al-Tahrir: Jurnal Pemikiran Islam* 14, no. 2 (2014), <https://doi.org/10.21154/al-tahrir.v14i2.165>.

yang pertama ia melibatkan proses esensi, yaitu menangkap suara. Selanjutnya, ia juga mengalami proses persepsi seperti membaca, mendengar, dan memahami apa yang diminta dalam persoalan tersebut. Berpikir secara umum adalah aktivitas mental atau intelektual yang melibatkan kesadaran dan subjektivitas yang mengarah pada suatu tindakan manusia, pengaturan ide, dan interaksinya dengan sekitar.³¹

Bigot dkk, mengatakan bahwa berpikir yaitu memisahkan antara hubungan dengan bagian pengetahuan. Bagian pengetahuan adalah segala hal yang dimiliki yang berupa pengertian atau tanggapan. Berpikir adalah proses dinamis yang digambarkan menurut proses atau jalannya. Aktivitas berpikir melibatkan proses persepsi, ingatan, pengambilan keputusan, dan pemecahan masalah.³² Syekh Muhammad Mutawalli Al-Sya'rawi mengatakan bahwa pikiran adalah alat ukur yang digunakan untuk memilih dan menentukan sesuatu itu baik atau buruk yang dapat menjamin kehidupan manusia di masa mendatang. Berpikir menjadikan manusia dapat membedakan antara halal dan haram, bermanfaat dan tidak bermanfaat, sesuai dengan dirinya atau tidak, antara positif atau negatif dengan begitu manusia bisa bertanggung jawab atas pilihannya.³³

³¹ Sunaryo, Taksonomi Berpikir.

³² Herri Zein Pieter dkk, Pengantar Psikopatologi Untuk Keperawatan (Jakarta: Kencana, 2011).

³³ Elfiky, Terapi Berpikir Positif. Biarkan Mukzizat Dalam Diri Anda Melesat Agar Hidup Lebih Sukses Dan Lebih Bahagia.

2. Pengertian Berpikir Positif

Berpikir yang diberi tambahan kata positif dapat diartikan bukan hanya sebatas berpikir yang menggunakan akal, tetapi lebih memerankan perasaan, salah satunya adalah prasangka.³⁴ Berpikir positif merupakan satu kesatuan yang terdiri dari tiga komponen, yaitu penggunaan pikiran, muatan pikiran, dan pengawasan pikiran. Berpikir positif merupakan suatu pemikiran yang dapat membawa seseorang melangkah menuju kesuksesan dalam hidupnya, karena segala sesuatu yang dilakukan dengan berpikir positif akan menghasilkan hal yang positif juga.

Menurut Ahmad Mufid, berpikir positif adalah memilah hal-hal yang buruk untuk kemudian dicari kebaikan apa saja yang memungkinkan untuk diambil dan dilakukan.³⁵ Pikiran Positif bisa menghadirkan rasa percaya diri, suka cita, kebahagiaan, kesehatan, serta kesuksesan dalam setiap situasi dan tindakan. Secara singkat, berpikir positif merupakan kegiatan akal budi yang bermanfaat dan mampu mewujudkan suatu tindakan keputusan. Dengan berpikir positif tidak hanya berdampak pada diri sendiri namun dapat memberikan kemaslahatan untuk orang banyak pula.

Menurut Raihan Adi Prabowo, berpikir positif adalah sikap mental yang melibatkan proses masuknya pikiran-pikiran, gambaran-

³⁴ Akhmad Sagir, *Husnuzzhan Dalam Perspektif Psikologi* (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2011).

³⁵ Ahmad Mufid, *Tips Berpikir Positif*, (Yogyakarta: Psikopedia, 2015), hlm.234.

gambaran dan kata-kata yang membangun perkembangan pikiran.³⁶ Dengan demikian, berpikir positif penting untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Selain manfaatnya yang telah disebutkan di atas, berpikir positif lebih baik daripada berpikir negatif, karena pikiran akan menghantarkan seseorang pada hal yang dipikirkan.

Peale mendefinisikan berpikir positif sebagai kemampuan berpikir seseorang untuk mengevaluasi pengalaman hidup sebagai bahan berharga untuk pengalaman selanjutnya dan memandang semua itu sebagai proses hidup yang patut diterima. Peale juga menekankan bahwa orang yang berpikiran negatif juga membuahkan hasil yang negatif.³⁷

Berdasarkan konsep berpikir di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa berpikir positif adalah kemampuan berpikir seseorang yang selalu berfokus pada hal positif dan menggunakan bahasa positif dalam mengungkapkan pikirannya. Melalui berpikir positif, orang dapat membebaskan diri dari penderitaan dan membatasi diri dan keyakinan negatif, sehingga tercipta kedamaian, kenyamanan dan kebahagiaan dalam menjalani kehidupannya.³⁸

3. Tujuan Berpikir Positif

Melatih diri untuk berpikir positif, seseorang akan mengetahui apa yang terbaik dan apa yang terburuk dalam hidupnya. Berpikir positif

³⁶ Raihan Adi Prabowo, *Positive Personality* (Yogyakarta: Brilliant Books, 2017).

³⁷ Peale, *Berpikir Positif*.

³⁸ Rudy Hariyono, *Teknik Mengendalikan Keinginan* (Gresik: Putra Pelajar, 2000).

akan menghasilkan kinerja yang optimal dan hubungan yang harmonis antara satu sama lain. Dengan berpikir positif pada Allah SWT, seseorang akan dipenuhi dengan kebaikan dan kebahagiaan.³⁹ Pemikiran positif dapat membantu seseorang menyadari bahwa dilahirkannya di dunia untuk menjadi besar dengan kekuatan positif yang dapat mewujudkan suatu impian. Pemikiran positif membantu seseorang untuk memusatkan perhatiannya pada hal-hal baik dalam hidupnya. Hal ini memungkinkan untuk individu memberikan perhatian dominan kepada apa yang benar pada dirinya, orang lain, dan dunia.⁴⁰

Berpikir positif dapat membawa seseorang untuk mencapai kesuksesan dan keberhasilan. Orang yang berpikir positif mengetahui dengan tepat apa yang diinginkannya. Mereka harus meraihnya dengan kepastian yang terarah dan tidak mudah putus asa pada usaha yang mereka lakukan. Terdapat pula antusiasme, semangat yang gigih meski dalam situasi sulit, yang membuat seseorang pernah ragu-ragu.⁴¹ Orang yang berpikir positif mempunyai semangat yang luar biasa dan mampu melakukan hal-hal yang luar biasa juga. Berpikir positif secara terus menerus sangat diperlukan untuk mencapai hal-hal menakjubkan.⁴²

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tujuan dari berpikir positif dapat membawa seseorang kearah kesuksesan dan keberhasilan. Dikatakan demikian karena beberapa orang memiliki kekuatan,

³⁹ Muhammad Syafi'ie El-Bantanie, *Kekuatan Berpikir Positif* (Jakarta: PT Wahyu Media, 2010).

⁴⁰ Anthony Robert, *Rahasia Membangun Kepercayaan Diri* (Jakarta: Bina Rupa Aksara, 1993).

⁴¹ Peale, *Berpikir Positif*.

⁴² Yanuar, *100% Bisa Selalu Berpikir Positif*.

semangat, dan antusiasme yang luar biasa untuk memperjelas apa yang mereka inginkan. Individu harus mencapainya dengan kepastian yang terfokus dan usaha yang tiada henti. Dengan cara ini membantu individu mencapai kesuksesan, harapan, keberhasilan, dan kebahagiaan dalam hidup.

4. Ciri-ciri Berpikir Positif

Ciri-ciri berpikir positif menurut Abdul Aziz adalah:⁴³

- a. positif cepat bangkit di saat gagal, karena individu selalu optimis memandang masa depan dan mempunyai progresivitas tinggi dalam dirinya.
- b. Tidak memperhatikan pikiran dan perkataan negatif. Pemikir positif mengabaikan hal-hal yang memicu pikiran negatif.
- c. Berpandangan dan berpengalaman baik. Dengan berpikir positif akan melahirkan harapan yang baik.
- d. Memahami masalah sebagai proses. Bagi orang yang berpikir positif mampu menyadarkan diri bahwa hal itu adalah proses yang sedang dijalani.
- e. Selalu terbuka dan siap menerima saran atau kritikan. Bagi orang yang berpikir positif mereka menyadari bahwa dengan saran dan kritikan dari orang lain akan menjadikan mereka lebih terkontrol dan lebih baik.

⁴³ Abdul Aziz, *Aktivasi Berpikir Positif* (Yogyakarta: Buku Biru, 2010).

- f. Mensyukuri apa yang dimiliki. Dengan berpikir positif membuat seseorang mudah menerima segala keadaan apapun dengan besar hati.
- g. Memahami masalah sebagai suatu proses. Pemikir positif melihat masalah sebagai proses yang perlu untuk di atasi.
- h. Memandang tantangan sebagai tantangan. Karakter orang yang berpikir positif akan terlihat ketika ia dihadapkan dengan suatu masalah. Berani menghadapi masalah dan tidak takut.
- i. Mampu menyiasati dan menyikapi masalah. Orang yang berpikir positif adalah mereka yang mampu menyiasati dan menyikapi masalah dengan terbuka.
- j. Kata-katanya positif. Perbedaan antara orang yang berpikir positif dan orang yang berpikir negatif dengan melihat apa yang mereka katakan.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa orang yang berpikir positif juga mempunyai sifat-sifat yang positif, selalu yakin bahwa dirinya mampu mengatasi masalah dan rintangan, mempunyai rasa percaya diri, memiliki kreativitas dan pikiran yang kuat, selalu optimis tentang masa depan yang lebih baik, dan terbuka terhadap saran serta kritik orang lain.

5. Aspek-aspek Berpikir Positif

Berpikir positif dapat menciptakan kebahagiaan, optimisme, ketenangan, dan kegembiraan dalam hidup seseorang. Oleh karena itu,

seseorang hendaknya selalu melatih dan memelihara pemikiran positif dalam hidupnya.

Menurut Albrecht, ada empat aspek berpikir positif.⁴⁴

- a. Harapan yang positif (*positive expectation*), ketika seseorang menghadapi suatu masalah, maka aspek dari harapan positif adalah lebih fokus pada kesuksesan, optimisme, menyelesaikan masalah, menjauhi perasaan takut, menjauhi kegagalan, serta memperbanyak penggunaan kata-kata yang mengandung harapan, seperti “saya dapat melakukannya”, “mengapa tidak”, dan sebagainya.
- b. Afiriasi diri (*self affirmation*), dengan aspek afiriasi diri, seseorang yang berjuang lebih fokus pada kekuatan dan kepercayaan diri mereka sendiri, dan memandang diri mereka secara positif dengan gagasan dasar bahwa setiap individu sama artinya dengan orang lain.
- c. Pernyataan yang tidak menilai (*non judgment talking*), sebuah pernyataan yang menggambarkan suatu keadaan, bukan menghakimi, dan pendapatnya tidak fanatik. Pernyataan yang tidak menghakimi ini dimaksudkan sebagai alternatif ketika seseorang cenderung melontarkan komentar atau penilaian yang negatif. Aspek ini memegang peranan yang sangat penting ketika seseorang menghadapi keadaan cenderung negatif.

⁴⁴ Rachmy Diana Machmudati dan Atina, “Efektivitas Pelatihan Berpikir Positif Untuk Menurunkan Kecemasan Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa,” JIP (Jurnal Intervensi Psikologi) Vol. 9, No. 1 (2012): hlm 107–27, <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol9.iss1.art8>.

- d. Penyesuaian diri yang realistis (*really adaptation*), Aspek penyesuaian diri yang realistis ini menyebabkan seseorang yang dihadapkan pada suatu masalah berusaha beradaptasi dengan kenyataan yang ada. Mencoba menerima masalahnya dan berusaha menghadapinya. Menghindari penyesalan, frustrasi, dan menyalahkan diri sendiri.

Menurut Caprara dan Steca aspek-aspek berpikir positif terdiri dari:⁴⁵

- a. Kepuasan hidup

Kepuasan hidup adalah keadaan dimana individu dapat merasakan kepuasan dan kebahagiaan dalam hidupnya.

- b. Harga diri

Harga diri adalah perasaan yakin dari dalam diri akan kualitas dirinya dan mampu untuk menerima karakteristik pribadinya.

- c. Optimisme

Optimisme adalah kemampuan melihat harapan yang akan membawa kesuksesan di masa depan.

Berdasarkan uraian di atas mengenai aspek-aspek berpikir positif yang dikemukakan oleh kedua tokoh tersebut, maka aspek-aspek berpikir positif meliputi harapan-harapan yang positif, afirmasi diri, pernyataan-pernyataan yang tidak menilai, penyesuaian terhadap kenyataan atau realita, kepuasan hidup, harga diri dan optimisme.

⁴⁵ Enik Nur Kholida, "Berpikir Positif Untuk Menurunkan Stres Psikologis."

6. Faktor-faktor yang Memengaruhi Berpikir Positif

Menurut Peale⁴⁶, ada beberapa faktor yang memengaruhi berpikir positif seseorang, yaitu:

a. Religiusitas

Agama dapat membantu individu mendapatkan penyembuhan dari penyakit-penyakit pikiran, hati, jiwa, dan tubuh. Agama dapat menyingkirkan ketakutan, kebencian, kesakitan, kekalahan moral, sehingga dapat memberi kekuatan dengan kesehatan, kebahagiaan, dan kebaikan.

b. Kepercayaan

Diri Individu yang mampu mempercayai dirinya sendiri dapat dengan mudah berfikir positif terhadap kondisi yang sedang dihadapinya. Kepercayaan diri yang mantap dapat membuat individu menarik keberhasilan itu ke arah dirinya.

c. Dukungan Sosial

Individu membutuhkan dukungan dari orang-orang di sekitarnya untuk dapat menimbulkan perasaan dibutuhkan dan diinginkan yang akan membawa individu pada pemikiran yang positif terhadap dirinya sendiri.

⁴⁶ Peale, Berpikir Positif.

7. Langkah-langkah Berpikir Positif

Menurut Ubaedy, ada beberapa langkah berpikir positif.⁴⁷

- a. Percaya diri dalam mengendalikan pikiran, fokuskan pikiran pada apa yang diinginkan, dan melepaskan apa yang tidak diinginkan.
- b. Tidak melanggar nilai-nilai kebenaran.
- c. Singkirkan semua pikiran negatif.
- d. Berikan sugesti positif pada diri sendiri.
- e. Kebiasaan bertoleransi.
- f. Gunakan kekuatan doa.
- g. Tetapkan tujuan.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa langkah terpenting dalam berpikir positif yaitu: Pertama, seseorang harus terlebih dahulu mencari hikmah tertentu. Hal ini dilakukan dengan mengaktifkan pikiran untuk mencari pelajaran yang benar-benar sesuai dengan keadaan seseorang saat ini. Kedua, menggunakan pelajaran yang sudah didapatkan dalam hal spesifik tersebut, dalam usaha menggapai keinginan. Ketiga, terbuka atas berbagai kesalahan dan nasihat diri serta terhadap berbagai hikmah positif. Untuk mengembangkan pola berpikir positif, perlu memiliki keyakinan penuh dan kendali atas pikiran sendiri. Fokus pada apa yang menjadi keinginan, menghilangkan segala

⁴⁷ T Munashiroh, *Hubungan Berpikir Positif dengan Psikosomatis pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*, (2008)

prasangka negatif, membiasakan toleransi, memberikan sugesti positif pada diri sendiri, dan menggunakan kekuatan doa.

8. Berpikir Positif dalam Perspektif Islam

Telah disebutkan oleh Peale, bahwa Religiusitas memiliki peran penting dalam berpikir positif. Jika ditinjau dalam sudut pandang agama islam, dorongan dan ajakan untuk berpikir positif terdapat dalam beberapa ayat al-qur'an dan beberapa hadits nabi. Salah satu hadits nabi tersebut adalah hadits Muslim di dalam buku Shahih Muslim karya Muslim bin al-Hajj yang diletakkan dalam kitab *adz-dzikri wa ad-du'ai wa at-taubati wa al-istighfari* pada bab tentang mengajak dan mengingat Allah yang redaksinya:

Telah menceritakan kepada kami [Amru bin Hafs] telah menceritakan kepada kami [Ayahku] telah menceritakan kepada kami [Al A'masy] aku mendengar [Abu Shalih] dari [Abu Hurairah] radliyallahu'anhu berkata, "Nabi shallallahu 'alaihi wasallam bersabda, Allah SWT berkata: "Aku berada dalam prasangka hamba-Ku, dan Aku selalu bersamanya jika ia mengingat-Ku, jika ia mengingat-Ku dalam dirinya, maka Aku mengingatnya dalam diri-Ku, dan jika ia mengingat-Ku dalam perkumpulan, maka Aku mengingatnya dalam perkumpulan yang lebih baik daripada mereka, jika ia mendekatkan diri kepada-Ku sejengkal, maka Aku mendekatkan diri kepadanya sehasta, dan jika ia mendekatkan diri kepada-Ku sehasta, Aku mendekatkan diri kepadanya sedepa, jika ia mendatangi-Ku dalam keadaan berjalan, maka Aku mendatangnya dalam keadaan berlari." (H.R Muslim No. 2675).

Hadits ini juga terdapat dalam buku *Fathu al-Bari Bi Syarhi Shahih al-Bukhari* karya Ahmad Ibn Ali Ibn Hajar al-Asqani dengan sedikit perbedaan redaksi. Muslim memasukkan hadits ini dalam bab ajakan atau dorongan untuk mengingat Allah. Selain mengingat Allah,

di dalamnya juga ada ajakan untuk berpikir positif, mendekatkan diri kepada Allah, dan mendatangi-Nya.⁴⁸

Terdapat beberapa alasan kenapa manusia harus ber*husnuzon*:⁴⁹

a. Menghapus kekhawatiran dalam mental atau jiwa

Ada 10 cara untuk mengatasi kekhawatiran dalam mental atau jiwa, diantaranya:

- 1) Katakan kepada diri sendiri bahwa kekhawatiran hanyalah kebiasaan buruk, dan dengan pertolongan Tuhan kebiasaan apapun dapat diubah.
- 2) Kita menjadi orang khawatir dengan mempraktikkan kekhawatiran itu. Membiasakan diri mempraktikkan iman yang berlawanan dan lebih kuat untuk menjadi merdeka dari sifat khawatir.
- 3) Setiap pagi setelah bangun dari tempat tidur ucapkanlah: “saya percaya” sebanyak-banyaknya karena kekuatan pengulangan sangat memengaruhi tindakan kita.
- 4) Berdoa dengan rumusan sebagai berikut, “saya menyerahkan hari ini, hidup saya, orang-orang yang saya kasihi dan pekerjaan dalam genggamannya Allah. Apapun yang terjadi, apapun hasilnya jika saya dalam genggamannya-Nya, ini adalah

⁴⁸ Oktarina Rina Yusra, “Berpikir Positif Pada Hadits ‘Anā ‘Inda Zhannī ‘Abdi Bī’ Dalam Perspektif Gramatika Dan Balaghah,” *Al Mi‘yar: Jurnal Ilmiah Pembelajaran Bahasa Arab Dan Kebahasaan* 5, no. 1 (2022): 157, <https://doi.org/10.35931/am.v5i1.878>.

⁴⁹ SQ. MA H. Koko Liem, *Berbaik Sangkalah Maka Hidupmu Barokah* (Jakarta Pusat: Raih Asa Sukses, 2012).

kehendak Allah dan merupakan sesuatu yang baik untuk saya.

- 5) Praktik mengucapkan hal-hal positif.
- 6) Hindari percakapan yang mengarah pada kekhawatiran. Teguhkan iman ke dalam semua percakapan yang dilakukan.
- 7) Salah satu alasan terbentuknya sosok individu khawatir adalah membiasakan pikiran dijejali dengan ketakutan, pikiran kekalahan, dan pikiran murung. Untuk menentramkan, beri tanda pada ayat Al-Qur'an yang berbicara tentang iman, harapan, kebahagiaan, kemuliaan dan kecermelangan. Usahakan hafal pada ayat yang telah diberi tanda dan ucapkanlah berulang hingga pikiran kreatif dalam ayat itu memenuhi pikiran bawah sadar. Selanjutnya, pikiran bawah sadar akan mengembalikan kepada kita apa yang sudah diberikan kepadanya, yaitu optimisme bukan kekhawatiran.
- 8) Binalah persahabatan dengan orang yang penuh harapan. Pilih lingkup pertemanan yang positif. Pikiran yang menghasilkan iman dan dengan orang yang menyokong suasana kreatif. Hal ini dapat membuat kita terus dirangsang kembali dengan sikap iman.
- 9) Mengingat setiap hari dalam hidup kita. Pandanglah betapa banyak orang dapat kita tolong untuk menyampaikan kebiasaan khawatir mereka.

10) Setiap hari dalam hidup ini, mempunyai pandangan diri dalam kemitraan dan kebersamaan dengan Allah yang Maha Mengetahui.

b. Kita tidak selamanya benar dan orang lain tidak selamanya salah

Di dalam hidup ini ada dua hal yang pasti kita dapati, yaitu kebaikan dan keburukan, kebaikan orang lain pada diri kita atau kebaikan kita pada orang lain, dan keburukan yang timbul dari diri kita. Oleh sebab itu, yang namanya manusia adalah tempatnya kesalahan. Kebenaran hanya di sisi Allah, maka tidak selamanya diri kita sepenuhnya benar dan tidak selamanya orang lain sepenuhnya salah.

c. Allah sesuai prasangka hamba-Nya

Dalam salah satu riwayat hadits qudsi disebutkan bahwa nabi pernah bersabda; “Allah berfirman”: “aku sesuai prasangka hamba-hamba-Ku dan senantiasa mengawasinya. Jika ia menyebut-Ku di tengah keramaian aku akan menyebutnya ditempat yang lebih baik dari keramaian tersebut. jika ia menyebut-Ku dalam dirinya, aku akan menyebutnya dalam diri-Ku. Jika ia mendekati-Ku sejengkal, aku akan mendekatinya sedepa. Jika ia mendatangi-Ku sambil berjalan aku akan mendatanginya sambil berlari.” (HR. Muslim)

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan alasan kenapa manusia *berhusnuzhan* yaitu, untuk menghapus kekhawatiran dalam mental atau jiwa, dengan cara terus melatih

mempraktikkan diri untuk mengucapkan hal-hal yang positif, membaca ayat Al-Qur'an untuk ketentraman jiwa dan mental, membina hubungan persahabatan dan lingkungan dengan orang-orang yang menerapkan pikiran bahwa setiap orang punya sisi baik dan buruknya, maka kita harus menerima dan terus berprasangka baik kepada siapapun, dan Allah SWT selalu sesuai prasangka hambanya, apabila prasangka itu baik maka kebaikan akan menyertainya, namun apabila prasangka itu buruk, maka keburukanlah yang akan dia dapatkan.

B. Mahasiswa Tingkat Akhir

Mahasiswa tingkat akhir adalah mereka yang secara administratif terdaftar di perguruan tinggi. Mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang telah menyelesaikan teori dalam perkuliahan dan telah mengambil tugas akhir atau skripsi.⁵⁰ Dalam PP Nomor 60 tahun 1999 tentang Perguruan Tinggi pada Pasal 15-16, dijelaskan bahwa untuk mengetahui kemajuan proses pembelajaran mahasiswa, maka perlu dilakukan penilaian secara berkala berupa ujian, pelaksanaan tugas, dan pengamatan. Adapun ujian tersebut dapat dilaksanakan melalui ujian semester dan ujian akhir program studi yang meliputi ujian skripsi untuk program S1, ujian tesis untuk program S2, serta ujian disertasi untuk program S3.⁵¹

⁵⁰ Bayu Anggi Nugraha, "Problem Penentuan Karir Mahasiswa Tingkat Akhir," in Skripsi (Sumatera Barat: IAIN Batusangkar, 2018), <https://repo.uinmybatusangkar.ac.id/xmlui/handle/123456789/12086>.

⁵¹ Jumrah Jamil, Cara Mudah Menulis Karya Ilmiah, Lengkap Dengan Panduan Wajib Untuk Semua Mahasiswa, 1st ed. (Sumbar: CV. Azka Pustaka, 2021).

Dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang sudah menyelesaikan semua teori perkuliahan atau mata kuliah semester. Mahasiswa diharapkan dapat menyesuaikan diri di segala situasi pada saat proses penyelesaian skripsi dengan tujuan skripsi bisa selesai tepat waktu dan dengan hasil yang baik. Mahasiswa akan dihadapkan dengan berbagai masalah, maka dengan adanya dosen pembimbing sangat membantu proses penyelesaian skripsi. Skripsi adalah suatu karya tulis ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa sebagai tugas akhir guna menyelesaikan pendidikan pada program strata satu (S-1). Skripsi berupa paparan tulisan hasil penelitian yang membahas suatu masalah dalam bidang ilmu tertentu dengan menggunakan kaidah-kaidah ilmiah yang berlaku dalam suatu bidang ilmu tertentu.⁵² Tujuan dari skripsi agar mahasiswa tingkat akhir dapat menyusun dan menulis suatu karya ilmiah yang berkaitan dengan bidang ilmunya.

Mahasiswa yang mampu menulis skripsi dianggap mampu memadukan pengetahuan dan keterampilannya dalam memahami, menganalisis, menggambarkan, dan menjelaskan masalah yang berhubungan dalam bidang keilmuan yang diambilnya.⁵³ Sebagai suatu upaya kreatif seorang calon sarjana yaitu mahasiswa tingkat akhir diperlukannya praktik dalam menulis skripsi. Praktik dalam hal ini berarti merencanakan, membuat proposal, melakukan penelitian, dan menulis skripsi di bawah bimbingan dosen pembimbing.

⁵² Buku Pedoman Penulisan Karya Ilmiah. *Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah Institut Agama Islam Negeri Kediri*. (Kediri: IAIN,2021), 1

⁵³ Jamil, Cara Mudah Menulis Karya Ilmiah, Lengkap Dengan Panduan Wajib Untuk Semua Mahasiswa.

Menurut Sandu Siyoto dan M. Ali Sodik, penelitian adalah suatu penyelidikan secara sistematis yang mencari fakta secara cermat dan kritis untuk menetapkan sesuatu. Penelitian dapat diartikan sebagai upaya untuk menemukan, mengembangkan, dan membuktikan kebenaran pengetahuan dengan menggunakan metode ilmiah.⁵⁴

Mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi diharapkan dapat menyesuaikan diri dengan proses belajar yang terdapat di dalam penyusunan skripsi. Proses belajar dalam skripsi berlangsung secara individual. Kondisi tersebut berbeda ketika mahasiswa mengikuti mata kuliah sebelumnya secara klasikal. Proses belajar secara individual menuntut mahasiswa untuk dapat mandiri dalam mencari pemecahan dari masalah-masalah yang dihadapinya. Adapun peran dosen pembimbing skripsi adalah untuk membantu mahasiswa mengatasi kesulitan yang ditemui pada saat proses penulisan skripsi. Dari uraian di atas, maka kemampuan mengatur kegiatan belajar secara mandiri pada mahasiswa sangat dituntut untuk dapat menyelesaikan penulisan skripsi. Tanpa kemampuan tersebut mahasiswa tentu akan menghadapi banyak hambatan.⁵⁵

⁵⁴ Muhammad Hasan, dkk, *Metode Penelitian Kualitatif* (Jawa Tengah: Tahta Media Grup, 2022), Hal 23 dan 24.

⁵⁵ Muhammad Nur Wangid dan Sugiyanto, "Identifikasi Hambatan Struktural Dan Kultural Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir," *Jurnal Ilmiah Anzdoc* Volume 6, (2013).