

BAB I

PENDAHULUAN

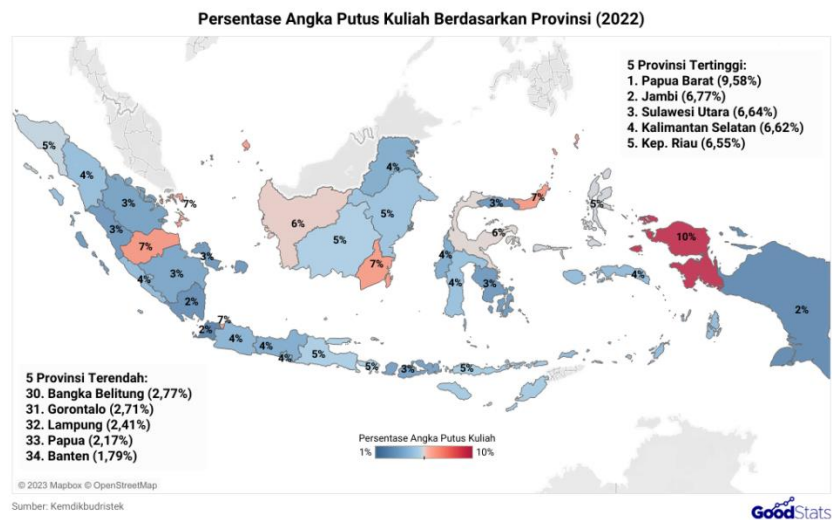
A. Latar Belakang

Skripsi merupakan suatu karya tulis ilmiah yang menjadi syarat untuk menyelesaikan program pendidikan tinggi, khususnya pada tingkat sarjana. Skripsi merupakan puncak dari perjalanan akademis mahasiswa dan bukti kemampuannya dalam mengaplikasikan pengetahuan yang telah dipelajari. Proses penulisan skripsi melibatkan penelitian yang mendalam, analisis data, dan penyusunan argumen yang sistematis. Skripsi tidak hanya berfungsi sebagai tugas akhir, tetapi juga sebagai wadah bagi mahasiswa untuk menunjukkan kemampuan akademik dan penelitian mereka. Skripsi memiliki beberapa tujuan, antara lain: Mengembangkan kemampuan analitis, logis, dan penelitian mahasiswa, memberikan kontribusi pada perkembangan ilmu pengetahuan di bidang yang dipilih dan mengembangkan kemampuan mahasiswa untuk menganalisis secara kritis berbagai sumber informasi, teori, atau data yang relevan, umumnya skripsi dikerjakan pada akhir semester 7 hingga 8. Pada tahap ini, banyak mahasiswa mengalami peralihan dari proses pembelajaran ke tahap pengujian, sehingga menjadi masa yang krusial dan penuh tantangan mengenai penyelesaian tugas akhir di pendidikan tinggi, baik dari segi psikologis maupun emosional.¹

Berdasarkan laporan Data Statistik Pendidikan Tinggi Tahun 2022 yang diterbitkan oleh Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Riset, dan Teknologi (Ditjen Dikti), Kementerian Pendidikan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) pada bulan April 2023, tingkat angka putus kuliah di Indonesia cukup tinggi. Pada Tahun 2022, tercatat 4.522 lembaga perguruan tinggi yang tersebar di 34 provinsi di Indonesia, dengan total 9,32 juta mahasiswa terdaftar di seluruh instansi. Berdasarkan data provinsi, sebanyak 15

¹ Ahmad Darmsyah, "Problematisasi Mahasiswa Semester Akhir Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir KKKU Skripsi Di Fakultas Dan Komunikasi UIN Ar-raniry". (Universitas Islam Negeri Ar-raniry Banda Aceh, 2022), 1

provinsi mencatatkan tingkat putus kuliah (*DO rate*) yang lebih tinggi dari rata-rata nasional 4,02 persen.²



Gambar 1.1 Jumlah Angka Putus Kuliah di Indonesia Tahun 2022

Sumber: Ditjen Diktiristek (Diolah 2023)

Dalam grafik tersebut menunjukkan Provinsi Jawa Timur mencatatkan angka putus kuliah tertinggi pada tahun 2022 dengan 55.667 mahasiswa (4,91 persen). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami kesulitan dalam menyelesaikan studinya, salah satunya karena adanya tugas mengerjakan skripsi.³

Sebagai mahasiswa yang mengerjakan skripsi, mahasiswa sering menghadapi berbagai tantangan yang berdampak pada kesehatan mental. Penelitian dari Marta menunjukkan bahwa jumlah mahasiswa yang mengalami stres akademik di Indonesia cukup besar, yaitu berada pada rentang 36,7-71,6%⁴. Hasil penelitian dari Erina juga menunjukkan bahwa tingkat stres akademik di kalangan mahasiswa, terutama saat menyusun skripsi cukup tinggi. Dalam penelitian tersebut mengindikasikan bahwa 46,9% mahasiswa

² Raka B. Lubis, “Tingkat Drop Out Mahasiswa di Indonesia Kembali Turun pada Tahun 2022”, <https://goodstats.id/article/tingkat-drop-out-mahasiswa-di-indonesia-kembali-turun-pada-2022-4gr2P>, 19 Desember 2023, diakses pada tanggal 19 Maret 2025.

³ Ibid.

⁴ Marta Prima Yuda Marta dkk., “DESCRIPTION OF STUDENTS’ ACADEMIC STRESS LEVELS IN COMPLETING THEIR FINAL THESIS ASSIGNMENTS AT THE FACULTY OF MEDICINE AND HEALTH SCIENCES UNIVERSITAS JAMBI,” *Jurnal Pinang Masak* 2, no. 1 (2023): 36–41, <https://doi.org/10.22437/jpima.v2i1.27092>.

mengalami stres akademik yang signifikan. Seringkali mahasiswa yang mengalami tekanan akademik yang tinggi disebabkan oleh Kecemasan.⁵

Kecemasan menurut Stuart adalah kekhawatiran yang samar dan meluas, disertai perasaan tidak pasti dan tidak berdaya, tanpa memiliki objek yang jelas atau spesifik. Keadaan ini dialami secara subjektif oleh individu dan tercermin dalam komunikasi interpersonal.⁶

Peneliti melakukan observasi pada mahasiswa berinisial DT yang merupakan salah satu mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani proses penyusunan skripsi, yang sekaligus menjadi peserta magang, diluar jam magang DT juga mengerjakan skripsinya, DT menyampaikan telah melaksanakan seminar proposal dan tempat magang merupakan subyek dalam penelitiannya. DT mengungkapkan mengalami kekhawatiran pada skripsi yang sedang dikerjakannya karena ketidaksesuaian antara kondisi lapangan dan rencana awal serta tuntutan dari orang tua untuk segera menyelesaikan kuliah.⁷ Subjek kedua yaitu mahasiswa berinisial FD, FD merupakan mahasiswa tingkat akhir, FD menuturkan mengalami perasaan tegang saat berhadapan dengan dosen pembimbing. Selain itu FD mengalami perasaan bersalah apabila tidak bisa mengerjakan sesuai perintah dosen pembimbing.⁸ Subjek ketiga yaitu mahasiswa berinisial PK, PK merupakan mahasiswa semester 7, PK melaporkan mengalami kebingungan saat awal pengajuan judul skripsi, terutama terkait kekhawatiran apakah judul akan diterima atau mengalami banyak revisi. Namun, setelah proses pengajuan dilakukan, PK mengungkapkan bahwa tahapan tersebut tidak sesulit yang dibayangkan, terutama karena adanya arahan dan pendampingan yang baik dari dosen pembimbing. Berdasarkan pernyataan PK dalam pelaksanaan bimbingan dan penulisan skripsi, kesiapan materi menjadi faktor penting yang menentukan kelancaran proses. Selain itu, usaha yang maksimal disertai doa dan restu orang tua diyakini turut memberikan ketenangan batin serta mendukung keberhasilan penyusunan skripsi.⁹

⁵ Erina Kemalsari, "Stres Akademik Dalam Penyusunan Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19". (Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka, 2020), 4.

⁶ Gail W. Stuart, *Buku Saku Keperawatan Jiwa*, Terj. Pamilih Eko Karyuni. (Jakarta: EGC: 2013), 144

⁷ Observasi dengan wawancara pada tanggal 30 november 2024 pada pukul 17.00 wib

⁸ Obsevasi dengan wawancara pada tanggal 25 februari 2025 pada pukul 17.30 wib

⁹ Obsevasi dengan wawancara pada tanggal 9 oktober 2025 pada pukul 21.30 wib

Berdasarkan hasil observasi terhadap tiga mahasiswa, yaitu DT, FD, dan PK, ditemukan bahwa proses penyusunan skripsi dapat memunculkan berbagai bentuk kecemasan. DT dan FD menunjukkan gejala kecemasan dalam bentuk kekhawatiran, ketegangan, dan perasaan bersalah. Tekanan terhadap hasil dan waktu penyelesaian skripsi menjadi faktor utama pemicu kecemasan. Sementara itu, PK mengalami kecemasan pada tahap awal pengajuan judul, namun kondisi tersebut berangsur membaik setelah mendapatkan arahan dari dosen pembimbing.¹⁰ Secara umum, kesiapan materi, serta faktor spiritual seperti doa dan restu orang tua turut memengaruhi tingkat ketenangan dan kelancaran mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi. Dengan demikian, meskipun mahasiswa telah memiliki pengetahuan dan pengalaman akademik, tekanan internal maupun eksternal dapat memunculkan kecemasan dalam proses penyusunan skripsi.

Dalam menghadapi kecemasan ini, ada beberapa terapi untuk mengatasi hal tersebut, seperti *Terapi kognitif perilaku*, *gestalt therapy*, *reality therapy*, *client centered therapy*¹¹ dan *Konseling Islami*.¹² Adapun, salah satu strategi untuk mengatasi kecemasan dalam dimensi religi adalah tawakal. Tawakal menurut Ibnu Qoyyim mengandung dua makna pokok yaitu kepercayaan dan pengendalian kepada Allah.¹³ Sedangkan, tawakal menurut Imam Ghazali merupakan bentuk penyerahan total pengendalian hati kepada Tuhan Yang Maha Pelindung, karena segala sesuatu berada dalam pengetahuan dan kekuasaan-Nya.¹⁴ Imam Al-Ghazali menekankan pentingnya tawakal dalam menghadapi kesulitan dan ujian hidup. Menurut beliau, keyakinan bahwa Allah adalah pemilik kendali mutlak akan menumbuhkan kedamaian dan ketenangan ketika seseorang menghadapi cobaan. Sehingga seseorang yakin bahwa Allah akan memberikan jalan keluar dan pertolongan-Nya dalam setiap situasi. Dalam penerapannya, Tawakal bukan hanya sebatas keyakinan, namun juga

¹⁰ Observasi dengan wawancara pada tanggal 9 oktober 2025 pada pukul 21.30 wib

¹¹ Muhammad Haikal, "Terapi kognitif perilaku untuk mengurangi gejala kecemasan," *Procedia : Studi Kasus dan Intervensi Psikologi* 10, no. 2 (2022): 47–52, <https://doi.org/10.22219/procedia.v10i2.19215>.

¹² Ismail, "Bimbingan dan Konseling Islami (Aplikasi Terapi Gerakan Shalat dalam Bentuk Gerakan Relaksasi untuk Mengurangi Kecemasan)". *Mimbar*, Vol. 2, No. 1, (2016), 96.

¹³ Abdullah bin Umar Ad-Dumaji, *At-Tawakal Alallah Ta'ala*, Terj. Asmuni (Jakarta: Darul Falah, 2006), 11

¹⁴ Robert Frangger, *Heart, Self, & Soul: The Sufi Psychology of Growth, Balancen, and Harmony*, Terj. Hasmiyah Rauf (Jakarta: Zaman, 2024), 39.

melibatkan usaha dan tanggung jawab untuk memanfaatkan kemampuan yang telah diberikan Allah¹⁵. Sementara itu, dalam ilmu psikologi keyakinan dapat mempengaruhi proses kognitif dan afektif seseorang yang mana akan membentuk perilaku seseorang tersebut terhadap lingkungannya.¹⁶

Penelitian ini melibatkan mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi sebagai subjek karena program studi tersebut menawarkan mata kuliah yang mendukung pemahaman mendalam tentang konsep spiritual dan psikologis. Salah satu konsep penting yang dipelajari adalah tawakal. Selain itu, beberapa penelitian terdahulu menjelaskan bahwa tawakal dipahami sebagai sikap menyerahkan diri kepada Allah setelah berusaha. Namun, sikap memiliki beberapa komponen dasar seperti motivasi, harapan, niat, dan keyakinan. Hal ini menunjukkan adanya celah penelitian, yaitu kebutuhan untuk menekankan bahwa tawakal juga merupakan bentuk keyakinan kepada Allah.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut dengan judul "Pengaruh Tawakal terhadap Kecemasan Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri." Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana tawakal berpengaruh terhadap tingkat kecemasan mahasiswa. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi secara teoritis dan praktis dalam memahami tawakal dapat menurunkan kecemasan, khususnya dalam konteks mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

B. Rumusan Masalah

1. Berapa tingkat tawakal pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi prodi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri?

¹⁵ Misbahul Misbahul Faizah dan Syamsul Syamsul Arifin, "Konsep Tawakal dalam Al-Qur'an dan Relevansinya Terhadap Pendidikan," *PUTIH: Jurnal Pengetahuan Tentang Ilmu dan Hikmah* 8, no. 2 (2023): 1–14, <https://doi.org/10.51498/putih.v8i2.103>.

¹⁶ Muh Hanif dan Nur Isnaeni Barokah, "Peran Faktor Emosional Dan Kognitif Dalam Membentuk Dinamika Kepribadian Religius", *Jurnal Studia Insania*, Vol. 13, No. 1, (2025), 2. DOI: 10.18592/jsi.v13i1.15532

2. Berapa tingkat kecemasan pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi prodi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri?
3. Apakah terdapat pengaruh tawakal terhadap kecemasan pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi prodi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat tawakal pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi prodi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri.
2. Untuk mengetahui tingkat kecemasan pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi prodi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri.
3. Untuk mengetahui pengaruh tawakal terhadap kecemasan mahasiswa yang mengerjakan skripsi prodi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan kontribusi dalam pengembangan teori atau konsep terkhusus dalam ilmu tasawuf dan psikoterapi, Hasil penelitian kemudian mampu menjadi tambahan bagi pengembangan studi mengenai pengaruh tawakal terhadap kecemasan mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

2. Praktis

Secara praktis apabila hasil penelitian ini terdapat pengaruh tawakal terhadap kecemasan mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Diharapkan dapat memberikan kontribusi pada berbagai elemen masyarakat dalam lingkup spiritual dan psikologis:

- a. Bagi mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman mahasiswa mengenai peran nilai-nilai tasawuf, khususnya tawakal, untuk membantu mengatasi kecemasan. Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi dapat menjadikan hasil penelitian

ini sebagai dasar dalam memahami integrasi antara konsep spiritual Islam dan pendekatan psikologis.

- b. Bagi program studi Tasawuf dan Psikoterapi hasil penelitian ini dapat membantu memberikan manfaat dalam pengembangan kurikulum atau mata kuliah yang berkaitan dengan psikoterapi Islam, khususnya dalam pembahasan mengenai konsep tawakal dalam kesehatan mental.
- c. Bagi warga penelitian ini dapat memberikan pemahaman tentang pentingnya spiritualitas, khususnya tawakal, dalam menghadapi tekanan hidup seperti kecemasan. Nilai-nilai tasawuf yang dikaji dalam penelitian ini dapat menjadi alternatif pendekatan psikologis yang relevan bagi warga Muslim dalam menjaga stabilitas emosional dan mental secara islami.
- d. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi referensi awal bagi kajian-kajian lanjutan yang ingin mengeksplorasi hubungan antara konsep tasawuf dan kondisi psikologis individu. Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan studi ini dengan menggunakan pendekatan kuantitatif, populasi yang lebih luas, atau meneliti konsep lainnya seperti sabar, ridha, dukungan sosial dan lain-lain.

E. Penelitian Terdahulu

1. Skripsi dari Rizky Nawar Aqilah dengan judul “*Pengaruh Konsep Diri, Tawakal Dan Faktor Demografis Terhadap Kecemasan Pengangguran Pada Fresh Graduate*” UIN Syarif Hidayatullah Jakarta tahun 2021.¹⁷

Penelitian tersebut menggunakan metode pendekatan kuantitatif. Teknik analisis datanya adalah analisis regresi berganda. Hasil uji hipotesis menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan konsep diri, tawakal dan faktor demografi terhadap kecemasan pengangguran pada *fresh graduate*, dengan pengaruh sebesar 24,7%. Variabel bebas penelitian sebelumnya dan penelitian ini memiliki kesamaan kajian, yakni mengkaji tawakal. Sedangkan variabel terikat dalam penelitian sebelumnya mengkaji kecemasan pengangguran pada *fresh graduate*, sementara variabel terikat dalam penelitian ini adalah kecemasan

¹⁷ Rizky Nawar Aqilah. “Pengaruh Konsep Diri, Tawakal Dan Faktor Demografis Terhadap Kecemasan Pengangguran Pada Fresh Graduate”, (UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2021), *Skripsi*

pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Hal ini menunjukkan terdapat perbedaan dalam mengkaji variabel terikat.

2. Jurnal dari Mutiara Wulandari, Basti dan Ahmad Yasser Mansyur dengan judul. "*Pengaruh Tawakal Terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa*" Universitas Negeri Makasar tahun 2023¹⁸.

Penelitian tersebut menggunakan pendekatan metode survei dengan *simple random sampling*. Alat ukur penelitian tersebut menggunakan skala tawakal dan stres akademik yang telah dimodifikasi dalam versi Bahasa Indonesia. Analisis data memakai analisis regresi sederhana, dan hasilnya menunjukkan korelasi negatif yang signifikan ($r = -0,152$, $p < 0,05$), memiliki arti semakin tinggi sikap tawakal, semakin rendah stres akademik. Besarnya pengaruh tawakal terhadap stres akademik adalah 2,31%. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa sikap tawakal bisa menjadi strategi intervensi untuk mengurangi stres akademik pada mahasiswa. Teknik analisis data penelitian sebelumnya dengan penelitian ini memiliki kesamaan, yakni analisis regresi linier sederhana. Adapun perbedaan kajian dalam penelitian sebelumnya dengan penelitian ini adalah variabel terikat yang dikaji, yakni variabel terikat yang dikaji pada penelitian sebelumnya adalah stres akademik mahasiswa, sedangkan pada penelitian ini adalah kecemasan mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

3. Jurnal dari Latif Nur Amalia dan Ahmad Saifuddin dengan judul "*Tawakal and Academic Stress in Assignment Completion of University Students*" Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta tahun 2022¹⁹.

Penelitian tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dan *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala stres akademik (reliabilitas 0,926) dan skala tawakal (reliabilitas 0,946). Hasil analisis korelasi Spearman menunjukkan hubungan negatif yang signifikan ($r = -0,103$, $p = 0,033$), artinya semakin tinggi tawakal, semakin rendah stres akademik. Tiga aspek tawakal yang paling berkontribusi dalam menurunkan stres, yaitu memahami hukum sebab akibat ($p = 0,006$), menguatkan qalbu dan tauhid ($p = 0,032$) dan menyerahkan segalanya kepada Allah ($p = 0,000$).

¹⁸ Mutiara Wulandari dkk., "Pengaruh Tawakal Terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa," *Jurnal Psikologi TALENTA* 8, no. 2 (2023): 32, <https://doi.org/10.26858/talenta.v8i2.44461>.

¹⁹ Latif Nur Amalia dan Ahmad Saifuddin, "Tawakal and Academic Stress in Assignment Completion of University Students," *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)* 8, no. 2 (2022): 203, <https://doi.org/10.22146/gamajop.75621>.

Dengan demikian tawakal dapat menjadi solusi untuk menurunkan stres akademik mahasiswa dalam menyelesaikan tugas. Penelitian ini dengan penelitian terdahulu memiliki kesamaan kajian pada variabel bebas, yaitu tawakal. Selain itu, variabel terikat penelitian ini dan penelitian terdahulu memiliki perbedaan penelitian, yakni penelitian terdahulu meneliti stres akademik, sedangkan dalam penelitian ini meneliti kecemasan mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

4. Jurnal yang ditulis Rusmita Sitorus dan Idauli Simbolon Rusmita Sitorus dan Idauli Simbolon dengan judul “*Kajian Tingkat Kecemasan Mahasiswa Yang Menyusun Tugas Akhir Berdasarkan Visual Analogue Scales*”, Universitas Advent Indonesia tahun 2023²⁰.

Penelitian tersebut menggunakan metode deskriptif kuantitatif serta tehnik pengumpulan data kuisioner memakai *skala analog visual*. Hasil penelitian menemukan tingkat kecemasan mahasiswa yang menyusun tugas akhir berada dalam kategori berat. Penelitian sebelumnya dan penelitian ini memiliki kesamaan kajian, yakni mengkaji kecemasan. Selain itu, penelitian ini dengan penelitian terdahulu memiliki perbedaan, yaitu penelitian terdahulu mengkaji kecemasan mahasiswa yang menyusun tugas akhir, sedangkan penelitian ini mengkaji pengaruh tawakal terhadap kecemasan mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Kemudian pengumpulan data kuisioner pada penelitian terdahulu menggunakan skala analog visual, sedangkan pada penelitian ini memakai skala likert.

5. Jurnal oleh Bobi Januar Iskandar, Muhammad Noupal dan kiki Cahaya Setiawan dengan judul “*Sikap Tawakal Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa Kelas XII Madrasah Aliyah Di Kota Palembang*” UIN Raden Fattah Palembang tahun 2018²¹.

Penelitian tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif dan uji hipotesis menggunakan tehnik analisis korelasi *pearson product moment*. Nilai $R = -0,596$; $P = 0,000$ menunjukkan terdapat korelasi negatif yang signifikan antara

²⁰ Rusmita Sitorus dan Idauli Simbolon, “Kajian Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyusun Tugas Akhir Berdasarkan Visual Analogue Scales,” *Nutrix Journal* 7, no. 2 (2023): 173–86, <https://doi.org/10.37771/nj.v7i2.1028>.

²¹ Bobi Januar Iskandar dkk., “SIKAP TAWAKAL DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI UJIAN NASIONAL PADA SISWA KELAS XII MADRASAH ALIYAH DI KOTA PALEMBANG,” *Psikis : Jurnal Psikologi Islami* 4, no. 1 (2018): 17–26, <https://doi.org/10.19109/psikis.v4i1.2158>.

sikap tawakal dengan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa kelas XII. Penelitian tersebut menunjukkan kesamaan dengan penelitian ini, yakni persamaannya terdapat dalam penggunaan metode penelitian, yaitu menggunakan metode kuantitatif. Adapun yang membedakan antara penelitian ini dengan penelitian terdahulu dalam hal subjek yang diteliti, yakni penelitian terdahulu mengkaji kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa, sedangkan dalam penelitian ini mengkaji kecemasan pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi

6. Jurnal yang ditulis oleh Ikhwan Nul Hakim, Febriana Sabrian dan Riri Novayelinda dengan judul “*Hubungan Tingkat Spiritual Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Akhir Dalam Menyusun Skripsi*” Universitas Riau tahun 2019.²²

Penelitian tersebut menggunakan desain deskriptif korelasional dan uji hipotesis menggunakan analisis bivariat dengan uji *chi-square*. Hasil uji *chi-square* $P = 0,119 > 0,05$ menunjukkan tidak terdapat korelasi antara tingkat spiritual dan kecemasan mahasiswa akhir dalam menyusun skripsi. Perbandingan antara penelitian ini dengan penelitian terdahulu terdapat pada variabel bebas yang dikaji, yakni penelitian terdahulu mengkaji spiritual sedangkan penelitian ini mengkaji tawakal. Adapun persamaannya terletak pada variabel terikat yang dikaji, yaitu mengkaji kecemasan mahasiswa yang mengerjakan skripsi

F. Definisi Operasional

1. Tawakal

Secara etimologis, kata tawakal (*tawakkul*) berasal dari bahasa Arab *wakala*, yang berarti “menyerahkan kepadanya”. Dalam konteks agama, istilah ini merujuk pada tindakan menyerahkan segala urusan dan hasil usaha kepada Allah, setelah melakukan ikhtiar atau usaha secara maksimal. Tawakal secara harfiah mengandung makna penyerahan diri, yang menunjukkan bahwa seorang hamba menyerahkan seluruh urusannya kepada Allah dengan penuh kepercayaan, setelah melakukan usaha yang maksimal.²³

²² Ikhwan Nul Hakim, Febriana Sabrian dan Riri Novayelinda, “Hubungan Tingkat Spiritual Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Akhir Dalam Menyusun Skripsi”, *JOM FKP*, Vol. 6, No. 1 (2019), 192

²³ Abdullah bin Umar Ad-Dumaji, *At-Tawakal Alallah Ta'ala*, Terj. Asmuni (Jakarta: Darul Falah, 2006), 1

2. Kecemasan

Kecemasan adalah reaksi emosional yang wajar saat seseorang menghadapi tekanan, ancaman, atau risiko. Dalam batas normal, kecemasan bisa membantu meningkatkan kewaspadaan dan kesiapan. Namun, jika berlebihan dan berlangsung terus-menerus, kecemasan dapat mengganggu aktivitas dan kesehatan. Bagi mahasiswa, kecemasan saat mengerjakan skripsi muncul sebagai perasaan tidak nyaman selama menjalani proses mengerjakan skripsi.