

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut KBBI mahasiswa ialah orang yang sedang mengikuti pendidikan di perguruan tinggi.¹ Sedangkan menurut teori psikologi perkembangan, mahasiswa adalah seseorang yang berada pada masa peralihan dari remaja akhir menuju dewasa awal.² Mahasiswa akhir menurut Wibowo adalah mahasiswa yang masih aktif pada sebuah perguruan tinggi dan sedang mengerjakan tugas akhir berupa skripsi yang berada pada semester 7 dan maksimal semester 14.³

Skripsi didefinisikan sebagai karangan ilmiah yang diwajibkan sebagai bagian persyaratan pendidikan akademis di jenjang perguruan tinggi.⁴ Skripsi menurut Somanto merupakan karya ilmiah yang disusun berdasarkan dari kegiatan perencanaan, pelaksanaan serta merupakan hasil penelitian ilmiah yang dilakukan oleh mahasiswa yang mahasiswa jenjang sarjana.⁵ Rusdiana berpendapat skripsi ialah karya ilmiah yang ditulis oleh seorang mahasiswa untuk memenuhi syarat dalam penyelesaian program sarjana, baik itu penelitian

¹Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, "Kamus Bahasa Indonesia" (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008), 895.

²Erlina Lisyanti Widuri, "Regulasi Emosi dan Resiliensi Pada Mahasiswa Tahun Pertama," *Humanitas, Fakultas Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan* Vol.IX (2012): 148.

³Ucha Febrianchi Wibowo, "Skripsi - Resiliensi Akademik Mahasiswa Yang Sedang Menempuh Skripsi," *Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang*, 2018, 2.

⁴Hanum Inesty Putri, "Skripsi - Resiliensi pada Mahasiswa Psikologi yang Terlambat Menyelesaikan Skripsi di Universitas X," Gunadarma University.

⁵Dyah Ayu Noor Wulan dan Sri Muliati Abdullah, "Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi," *Jurnal Sosio-Humaniora, Universitas Mercu Buana Yogyakarta* 5 (2014): 56.

lapangan atau penelitian berbasis literatur.⁶ Adapun pendapat dari Raharjo menyebutkan skripsi adalah salah satu syarat wajib bagi mahasiswa untuk mendapatkan gelar sarjana.⁷ Waktu yang diberikan pada mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi biasanya adalah 2 semester atau 1 tahun.

Pada praktiknya tugas akhir memerlukan ketelitian, menyita waktu, tenaga dan pikiran.⁸ Penyusunan skripsi memang merupakan tugas akhir yang membutuhkan keterampilan dan kemampuan lebih dari seorang mahasiswa. Proses penelitian dan penulisan skripsi dapat menjadi tantangan yang kompleks dan menuntut komitmen serta dedikasi yang tinggi.⁹

Tekanan-tekanan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dapat menjadi beban yang berat bagi mahasiswa, dan menimbulkan perasaan negatif atau stres.¹⁰ Stres sendiri ialah respons psikologis yang terjadi ketika seseorang mengalami tekanan atau tuntutan yang melebihi kemampuan atau harapannya, yang dapat mengganggu keseimbangan dalam hidup dan mempengaruhi kesejahteraan mental dan fisik seseorang.¹¹ Dampak stres yang dialami kognisi emosi terdiri dari beban pikiran, cemas, iri, malu stres, perubahan emosi, mudah

⁶Rusdiana Hamid, "Penyebab Keterlambatan Mahasiswa Menyelesaikan Studi di IAIN Antasari Banjarmasin," *Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, IAIN Antasari Banjarmasin*, 2015, 4.

⁷Wibowo, "Skripsi - Resiliensi Akademik Mahasiswa Yang Sedang Menempuh Skripsi," 2.

⁸Ario Imandiri, Erlinda Widyastuti, dan Arijanto Jonosewojo, "Skor State Anxiety Inventory Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengambil Mata Kuliah Tugas Akhir," *Journal of Vocational Health Studies 01 Vol.1* (2017): 12.

⁹Defty Tryasningsih, "Skripsi - Tingkat Stres Mahasiswa Akhir Dalam Mengerjakan Skripsi di Universitas Sanata Dharma," *Program Studi Psikologi, Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*, 2020, 3.

¹⁰Yeni Eka Cahyani dan Sari Zakiah Akmal, "Peranan Spiritualitas Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi," *Jurnal Psikoislamedia 2* (2017): 33.

¹¹Hendriani, "Resiliensi Psikologis Sebuah Pengantar", 32.

tersinggung dan proses yang lama sehingga merasa jenuh.¹² Pada penelitian yang dilakukan oleh Dicky Zakaria yang berjudul *Tingkat Stres Mahasiswa Ketika Menempuh Skripsi*. Hasil dari penelitian ini memperlihatkan bahwa mahasiswa yang mengalami stres saat pengerjaan skripsi berada pada kategori ringan sebesar 8,5%, setelah itu, kategori sedang sebesar 86,5%, serta kategori berat 5%. Hal ini membuktikan bahwa skripsi cukup menjadi *stressor* pada mahasiswa UMM.¹³

Mahasiswa semester akhir yang sedang mengerjakan tugas akhir dalam hal ini skripsi diharapkan untuk mempunyai rasa optimis, semangat juang yang tinggi, lulus tepat waktu serta berperan aktif dalam penyelesaian masalah, baik masalah akademis maupun masalah lainnya.¹⁴ Tetapi, pada kenyataan yang didapatkan di lapangan malah berbeda yang mana seperti yang terjadi pada responden E & RA mahasiswa menghilang sehingga menyebabkan skripsi tertunda dan target ingin lulus tepat waktupun tidak terpenuhi.¹⁵ Pentingnya mahasiswa yang akan menyusun skripsi untuk mempersiapkan diri agar mampu bertahan dengan tekanan, sehingga menghasilkan performa positif dan dapat segera menyelesaikan skripsinya dengan efektif. Kemampuan beradaptasi terhadap hambatan dan kendala tersebut yang dikarenakan oleh proses pengerjaan skripsi, sehingga mahasiswa membutuhkan peran resiliensi.¹⁶

¹²Alfa Alfiyah, "Perilaku Coping Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi dalam Mengatasi Stres Mengerjakan Skripsi (Tinjauan Bimbingan dan Konseling Islam)," *Fakultas sDakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo*, 2014, 82.

¹³Dicky Zakaria, "Skripsi - Tingkat Stres Mahasiswa Ketika Menempuh Skripsi," *Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang*, 2017, 13–14.

¹⁴Shahnaz Roellyana dan Ratih Arruum Listiyandini, "Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi," *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1, 1 (2016): 30.

¹⁵E & RA, Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora.

¹⁶Roellyana dan Listiyandini, "Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi," 30.

Resiliensi sendiri melibatkan kemampuan seseorang untuk bangkit kembali dan beradaptasi dengan keadaan yang sulit, termasuk tekanan hidup, tantangan eksternal, atau masalah internal yang mungkin timbul.¹⁷ Lazarus menyebutkan resiliensi adalah coping efektif dan adaptasi positif terhadap kesulitan dan tekanan.¹⁸ Seseorang yang sanggup bertahan pastinya memiliki sikap dalam mengalami stres, oleh karena itu, setiap mahasiswa wajib bisa menjadi mahasiswa yang resilien ialah mahasiswa yang mampu untuk beradaptasi, bertahan, tidak berputus asa dalam menghadapi rintangan dan bangkit.¹⁹ Mahasiswa yang resilien percaya bahwa ada jalan keluar atau solusi atas kesulitan yang dihadapi, ia juga merasa tertantang untuk memecahkan berbagai kesulitan yang dimaksud. Kesulitan-kesulitan tersebut mendorong seorang resilien untuk mengerahkan segenap potensi agar kompetensinya semakin berkembang.²⁰

Pada penelitian ini yang didapatkan dari studi pendahuluan yang dilakukan kepada beberapa mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Secara umum kendala atau kesulitan tersebut dibagi dalam 2 faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang sering dirasakan oleh responden E dan P pada saat proses penyelesaian skripsinya adalah minat baca yang kecil pada mahasiswa, rasa malas untuk menterjemahkan jurnal berbahasa asing digunakan, rendahnya motivasi yang dimiliki mahasiswa, sehingga menimbulkan kecemasan dan

¹⁷M.C. Ruswahyuningsih dan Tina Afiatin, "Resiliensi pada Remaja Jawa," *Gajah Mada Journal Of Psychology, Program Magister Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada* 1 (2015): 97.

¹⁸Hendriani, "Resiliensi Psikologis Sebuah Pengantar", 24.

¹⁹Tria Septiani dan Nurindah Fitria, "Hubungan Antara Resiliensi Dengan Stres Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Kedinasan," *Jurnal Penelitian Psikologi* Vol.07, No.02 (2016): 62.

²⁰Hendriani, *Resiliensi Psikologis Sebuah Pengantar*, 2.

ketakutan akan dikritik oleh dosen pembimbing pada saat proses konsultasi.²¹ Sedangkan faktor eksternal yang dirasakan oleh beberapa responden seperti E, RA, RW dan VA ialah mahasiswa kurang bisa dalam manajemen waktu, kesulitan mencari referensi, revisi yang berulang, kesulitan merumuskan ide secara tertulis, ketidakmampuan dalam melakukan penyesuaian diri dengan situasi dan tuntutan yang ada seperti, kondisi lingkungan yang tidak tertebak adanya bencana alam dan sebagainya, adanya tuntutan dari keluarga untuk segera lulus, pekerjaan, pergantian dosen pembimbing yang mendadak sehingga membutuhkan penyesuaian yang baru bagi mahasiswa, dan *feedback* yang lama dari dosen pembimbing.²²

Berdasarkan dari kesulitan yang telah dijabarkan di atas responden RA dan VA menjelaskan adanya pergantian dosen pembimbing secara mendadak membuat mereka harus melakukan penyesuaian diri lagi sesuai dengan sistem dosen pembimbing yang baru. Hal itu membuat mereka awalnya merasa cemas dan stres dalam beberapa waktu, tetapi mereka tidak berputus asa dan tetap melakukan bimbingan sebagaimana mestinya.²³ Hal lainnya yang dijabarkan oleh responden P dan RW ialah revisi yang berulang serta *feedback* yang lama dari dosen pembimbing memunculkan stres pada diri mereka. Meskipun begitu hal itu tidak membuat mereka berhenti berusaha untuk melanjutkan skripsinya sesuai dengan *feedback* yang didapatkan dari dosen pembimbing. Sebagaimana mahasiswa yang belajar di lingkungan yang erat kaitannya dengan Islam, terdapat nilai-nilai dan tuntutan etika Islam yang sebaiknya tercermin dalam perilaku dan

²¹E&P, Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

²²E RA,RW & VA, Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora.

²³RA & VA, Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora.

tindakan mereka, yakni ketika menghadapi kendala ataupun hambatan mestilah mencoba untuk berupaya secara optimal untuk menyelesaikan masalah dengan sebaik mungkin. RW dan RA menjelaskan selain usaha yang sudah dilakukan, mereka juga tidak lupa beribadah kepada Allah, seperti memperbanyak berdoa, bersholawat, sholat tahajud, sedekah dan puasa.²⁴

Dalam mengatasi permasalahan, usaha individu tidak hanya terfokus pada penyelesaian masalah, akan tetapi juga fokus pada pengurangan emosi negatif terkait tekanan akibat permasalahan yang sedang dihadapi.²⁵ Usaha-usaha mengurangi atau mengatasi masalah yang menimbulkan stres itu disebut dengan *coping stress*. Setiap mahasiswa memiliki caranya masing-masing dalam menghadapi masalah, seperti yang didapatkan dalam studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti. Berdasarkan yang dijelaskan oleh RA, VA dan RW bahwa *coping stress* yang sering mereka gunakan seperti, menonton web series, drama, film ataupun anime, memainkan game online, membaca komik, menulis jurnal, jalan-jalan dan ngemil.²⁶

Meningkatkan resiliensi merupakan langkah yang tepat untuk membantu mahasiswa menghadapi hidup dengan lebih baik. Mahasiswa yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi memiliki kemampuan untuk melihat keadaan yang sulit sebagai peluang untuk tumbuh dan mengembangkan diri. Mereka mampu mengubah tantangan menjadi kesempatan dalam meningkatkan potensi dan kemampuan diri. Selain itu, seseorang yang mempunyai resiliensi yang tinggi

²⁴RW dan RA, Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora.

²⁵Ira Darmawanti, "Hubungan Antara Tingkat Religiusitas Dengan Kemampuan Dalam Mengatasi Stres (Coping Stress)," *Jurnal Psikologi : Teori & Terapan* Vol. 2, No. 2 (2012): 102.

²⁶RA, RW dan VA, Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora.

cenderung mempertahankan emosi positif, optimis, memiliki pengertian tentang kontrol diri, dan memiliki keyakinan diri dalam usaha pemecahan masalah.²⁷ Resiliensi yang ada pada mahasiswa menjadi penguat utama dalam menghadapi stres selama proses penyusunan skripsi.²⁸

Kemampuan resiliensi sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Resnick, Gwyther dan Roberto menjelaskan bahwa ada empat faktor yang mampu mempengaruhi resiliensi seseorang, yaitu *self esteem*, *social support*, *positive emotion* dan *spirituality*.²⁹ Faktor spiritualitas ialah salah satu faktor penting untuk perkembangan resiliensi. Penelitian yang dilakukan oleh Graham menyebutkan bahwa seseorang yang mempunyai spiritualitas yang baik akan mempunyai kemampuan yang lebih baik saat menyelesaikan masalah yang dihadapi. Memiliki rasa nyaman dan tenang akan membuat mahasiswa yang dalam proses pengerjaan skripsi supaya bisa menghadapi kendala-kendala yang ada. Hal itu akan menolong mahasiswa bangkit kembali dari kendala yang ada pada proses penyusunan skripsi.³⁰

Spiritualitas pada penelitian ini berfokus pada variabel tawakal. Tawakal sendiri dalam KBBI berarti berpasrah diri kepada kehendak Allah dan percaya sepenuh hati kepada Allah.³¹ Milla menjelaskan tawakal adalah penyerahan masalah, terkait upaya yang dilakukan kepada Allah dan menerima seutuhnya

²⁷Septiani dan Fitria, "Hubungan Antara Resiliensi Dengan Stres Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Kedinasan," 62.

²⁸Andersen, "Perbedaan Resiliensi pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi Ditinjau Dari Tahun Angkatan."

²⁹Rafiq Adli, "Skripsi - Tawakal dan Resiliensi Pada Remaja Panti Asuhan Yogyakarta," *Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Yogyakarta*, 2020, 3.

³⁰Cahyani dan Akmal, "Peranan Spiritualitas Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi," 38.

³¹Prapti Ningsih, "Skripsi Pengaruh Tawakal Terhadap Adversity Quotient Pada Santri Pondok Pesantren Al-Ishlah Mangkang Kulon Tugu Semarang," 2013, 25.

kepada Allah untuk mendapatkan kemaslahatan atau menolak kedaratan.³² RA menjelaskan terlepas dari usaha yang sudah dia kerjakan dia yakin pilihan Allah adalah yang terbaik, karena itu RA sudah memasrahkan seluruh usahanya kepada Allah.³³ Hal ini sesuai dengan firman Allah:

وَعَلَى اللَّهِ فَتَوَكَّلُوا إِن كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ۝

Artinya : “Dan bertawakallah kamu hanya kepada Allah jika kamu orang-orang yang beriman.” *Q.S. al-Maidah/5: 23.*

Ayat tersebut dijelaskan dalam tafsir as-Sa’di bahwa karena tawakal kepada Allah khususnya dalam kondisi seperti ini, memudahkan perkara dan memberi kemenangan atas musuh dalam konteks ini *stressor*. Ini menunjukkan kewajiban bertawakal, dan tawakalnya seorang hamba bergantung pada keimannya.³⁴

Selain itu, tawakal juga merupakan salah satu dari bentuk cara menyelesaikan masalah yang diajarkan dalam Islam. Ketika seseorang mempunyai tawakal yang baik, maka dia akan senantiasa menjadi orang yang optimis. Keyakinan yang dia sandarkan kepada Allah, membuat dia tidak bergantung kepada siapapun, baik kepada dosen pembimbing, orang tua ataupun teman-temannya. Sehingga sekiranya seseorang dihadapkan dengan berbagai macam masalah, ada dan tidak ada orang-orang disekitarnya yang membantunya,

³²Haidarotul Milla, “Hubungan Tawakal Dengan Kecemasan Pada Jama’ah Pengajian al-Iman Stasiun Jerakah Semarang,” *Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang*, 2015, 18–19.

³³RA, Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora.

³⁴Syaikh Abdurrahman bin Nashir as-Sa’di, *Tafsir Al-Qur’an (2) Surat: An-Nisa’-al-An’am* (Jakarta: Dar Ilmu al-Jauzi, KSA, 2005), 319.

mereka senantiasa tetap optimis dalam menyelesaikan masalahnya dalam hal ini skripsinya.³⁵

Hubungan keterikatan antara tawakal dan resiliensi bisa kita lihat dalam penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Ardina dan Quratul Uyun yang berjudul "Hubungan Tawakal dan Resiliensi pada Santri Remaja Penghafal Al-Qur'an di Yogyakarta". Hasil dari penelitian ini adalah terdapat korelasi positif yang signifikan antara tawakal dan resiliensi yang artinya tingkat tawakal subjek sejalan dengan tingkat resiliensi yang dimiliki subjek. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan tingkat tawakal yang dimiliki menyumbang 11,15% dalam proses meningkatkan resiliensi.³⁶ Oleh karena itu, tawakal merupakan hal yang krusial serta diperlukan oleh mahasiswa, saat penyelesaian permasalahannya.

Berbeda dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ardina dan Quratul Uyun yang menggunakan subjek berupa remaja santri penghafal Al-Qur'an, pada penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. Fakultas Ushuluddin dan Humaniora memiliki empat prodi, yaitu Studi Agama-agama, Akidah dan Filsafat, Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir dan Psikologi Islam. Ushuluddin dan Humaniora memiliki pengertiannya sendiri. Ushuluddin atau yang lebih dikenal dengan Ilmu Ushuluddin adalah ilmu

³⁵Adli, "Skripsi - Tawakal dan Resiliensi Pada Remaja Panti Asuhan Yogyakarta," 4.

³⁶Ardina Shulhah Putri dan Quratul Uyun, "Hubungan Tawakal dan Resiliensi Pada Santri Remaja Penghafal Al-Qur'an di Yogyakarta," *Jurnal Psikologi Islam* 4 (2017): 77-87.

yang mempelajari tentang dasar-dasar keyakinan agama Islam (iman).³⁷ Program ilmu Ushuluddin mencakup mata kuliah yang berisi tentang tauhid, dan syariat yang cukup banyak. Secara spesifik bidang keilmuan ushuluddin adalah Studi Agama-agama, Akidah dan Filsafat Islam, dan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir. Sedangkan Humaniora, Secara etimologis adalah Humaniora berasal dari kata keadaan manusia dalam bahasa Latin yang memiliki arti manusiawi. Dikutip dalam jurnal yang dijelaskan oleh Daliman, Hassan Shadily menjelaskan arti dari humaniora sebagai ilmu-ilmu pengetahuan yang bertujuan untuk memanusiakan manusia atau sebagai manusia yang lebih berbudaya.³⁸ Salah satu program studi yang berkaitan dengan Humaniora ini sendiri adalah prodi Psikologi Islam.

Alasan peneliti tertarik meneliti mahasiswa yang ada di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora adalah dilihat dari pengertian dan aspek yang dijabarkan tentang Ushuluddin dan Humaniora maka bisa disimpulkan mahasiswa yang ada di Fakultas ini telah dibekali pelajaran-pelajaran agama yang cukup dan juga dibekali hal-hal berkaitan dengan masalah kemanusiaan. Maka berdasarkan hal tersebut, peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian secara mendalam yang dituangkan dalam bentuk skripsi berjudul "Kontribusi Tawakal terhadap Resiliensi pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin".

³⁷Farid Wajdi Ibrahim, "Ilmu-Ilmu Ushuluddin Menjawab Problematika Umat Islam Dewasa Ini," *Ar-Raniry: International Journal of Islamic Studies* Vol.1, No.1 (2014): 44.

³⁸A Daliman, "Pendidikan Humaniora Dalam Rangka Pembaharuan Sistem Pendidikan Nasional," 2.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah yang dikemukakan sebelumnya maka dapat ditetapkan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat tawakal pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin?
2. Bagaimana tingkat resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin?
3. Bagaimana kontribusi tawakal terhadap resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dikemukakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Mengidentifikasi tawakal pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
2. Mengidentifikasi resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
3. Mengidentifikasi adakah kontribusi tawakal terhadap resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

D. Signifikansi Penelitian

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis :

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini sendiri diharapkan bisa berguna bagi mahasiswa maupun dari berbagai kalangan untuk memperkaya juga mengembangkan pengetahuan khususnya di ranah psikologi islam. Pada penelitian ini variabel yang akan diangkat adalah tawakal dan resiliensi.

2. Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis dari penelitian ini ialah :

- a. Hasil dari penelitian ini diharapkan menambah pengetahuan serta pemahaman tentang tawakal dan resiliensi bagi mahasiswa maupun masyarakat luas. Selain itu, juga memberikan kesadaran baiknya menerapkan sikap tawakal dan resiliensi dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam proses pengerjaan skripsi bagi mahasiswa.
- b. Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan bacaan bagi para pembaca supaya lebih mengerti kontribusi dari tawakal terhadap resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Negeri Islam Antasari Banjarmasin.

E. Definisi Operasional

Untuk memperjelas penelitian ini, maka penulis mendefinisikan secara operasional variabel yang dianalisis supaya lebih mudah untuk dimengerti.

Adapun definisi istilah pada penelitian ini, yaitu:

1. Tawakal

Ibnu Qayyim menjelaskan dalam buku *madarijus as-salikin* bahwasanya tawakal itu merupakan segala sesuatu itu hanya kepada Allah semata, percaya terhadap-Nya, berlindung kepada-Nya dan ridha atas semua yang menimpa dirinya. Berdasarkan keyakinan bahwa Allah akan memberikan semua kecukupan bagi dirinya, dengan selalu melaksanakan sebab-sebab serta terus berusaha keras untuk mencapai sesuatu. Tawakal merupakan separuh dari agama dan separuh lagi ialah inabah. Agama itu terdiri dari permohonan pertolongan dan ibadah. Tawakal merupakan permohonan sedang inabah ialah ibadah.³⁹ Definisi lainnya tawakal dalam islam mengandung makna untuk mewakili diri kepada Allah Swt dalam segala hal, termasuk dalam merencanakan dan melakukan suatu pekerjaan, serta berserah diri di bawah perlindungan-Nya saat menghadapi masalah.⁴⁰

Tawakal dalam penelitian ini ialah berserah diri serta mempercayakan segala usaha yang sudah dilakukan dalam proses penyusunan skripsi yang telah dilakukan oleh mahasiswa kepada Allah., serta memiliki rasa tenang dan tentram dalam situasi apapun. Mahasiswa mempunyai kepercayaan yang benar akan kekuasaan serta kehendak Allah.

³⁹Ibnu Qayyim al-Jauziyah, *Madarijus-Salikin* (Jakarta: Pustaka al-Kautsar, 1999), 189.

⁴⁰Abdul Halim Sholeh, "The Power of Tawakal," 1 (Solo: Tiga Serangkai, 2008), 5.

Aspek-aspek tawakal yang dijabarkan oleh Ibnu Qayyim adalah sebagai berikut;⁴¹

- a. Mengetahui Allah , sifat, kekuasaan, kecukupan, kesendirian dan kembalinya segala urusan kepada ilmu-Nya dan yang terjadi berkat kehendak dan kekuasaan-Nya.
- b. Menetapkan sebab dan akibat.
- c. Memantapkan hati pada pijakan tauhid.
- d. Menyandarkan hati kepada Allah dan merasa tenang karena bergantung kepada-Nya, sehingga di dalam hati itu tidak ada kegelisahan karena godaan sebab dan tidak merasa tenang karena bergantung kepada-Nya.
- e. Berbaik sangka terhadap Allah.
- f. Ketundukan dan kepasrahan hati kepada Allah serta memotong seluruh larangan-Nya.
- g. Pasrah.

2. Resiliensi

Connor dan Davidson menjelaskan resiliensi merupakan kualitas pribadi yang memungkinkan seseorang untuk bangkit kembali ketika menghadapi suatu kendala atau tantangan dalam hidup.⁴² Hendriani menjelaskan resiliensi ialah proses dinamis yang menyertakan peran dari berbagai faktor individu ataupun lingkungan, hal ini menggambarkan kekuatan serta ketangguhan individu dalam

⁴¹Qayyim al-Jauziyah, *Madarijus-Salikin*, 191–194.

⁴²Kathryn M. Connor dan Jonathan R.T Davidson, “Development of New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC),” *Depression and anxiety* 18 (2003): 76.

bangkit dari pengalaman emosional yang negatif saat mengalami masalah yang menekan.⁴³

Resiliensi dalam penelitian ini adalah kemampuan mahasiswa dalam menghadapi dan mengatasi segala tantangan selama proses penyusunan skripsi serta mampu mempertahankan energi positif dalam dirinya.

Aspek-aspek resiliensi menurut Connor & Davidson sebagai berikut:⁴⁴

- a. Kompetensi personal yang terkait dengan kegigihan
- b. Toleransi terhadap situasi yang tidak menyenangkan
- c. Penerimaan positif terhadap perubahan dan hubungan sosial yang terjaga
- d. Pengendalian diri
- e. spiritualitas

3. Mahasiswa

Menurut KBBI mahasiswa ialah seseorang yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi yang mencakup dari sekolah tinggi, akademi serta yang paling umum ialah universitas.⁴⁵ Mahasiswa semester akhir menurut Wibowo adalah mahasiswa yang masih aktif pada sebuah perguruan tinggi serta sedang proses mengerjakan tugas akhir berupa skripsi yang berada pada semester 7 dan maksimal semester 14.⁴⁶ Jadi yang dimaksud mahasiswa pada penelitian ini ialah mahasiswa semester akhir tahun angkatan 2016, 2017 dan 2018 dari

⁴³Hendriani, "Resiliensi Psikologis Sebuah Pengantar", 24.

⁴⁴Connor dan Davidson, "Development of New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)," 80.

⁴⁵KBBI Online, "Pengertian Mahasiswa" dalam <http://kbbi.kemdikbud.go.id>. Diakses pada 18 April 2022

⁴⁶Wibowo, "Skripsi - Resiliensi Akademik Mahasiswa Yang Sedang Menempuh Skripsi," 2.

program studi Psikologi Islam, Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Akidah dan Filsafat Islam serta Studi Agama-agama, di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang sedang mengerjakan tugas akhir berupa skripsi.

F. Penelitian Terdahulu

Di bawah ini ditemukan beberapa penelitian yang searah dengan penelitian sebelumnya yang memperlihatkan beberapa hasil mengenai tema yang searah dengan penelitian ini yang berkaitan dengan tawakal dan resiliensi diantaranya;

1. Skripsi oleh Prapti Ningsih dari Fakultas Ushuluddin Institut Agama Islam Negeri Walisongo pada tahun 2013 dengan judul “Pengaruh Tawakal Terhadap *Adversity Quotient* Pada Santri Pondok Pesantren al-Ishlah Mangkang Kulon Tugu Semarang”. Mengenai tujuan dari penelitian ini ialah; (1) agar mengetahui tingkat tawakal pada pada santri pondok pesantren al-Ishlah Mangkang Kulon Tugu Semarang, (2) agar mengetahui tingkat *adversity quotient* pada santri pondok pesantren al-Ishlah Mangkang Kulon Tugu Semarang dan (3) agar mengetahui apakah terdapat pengaruh antara tawakal terhadap *adversity quotient* pada santri pondok pesantren al-Ishlah Mangkang Kulon Tugu Semarang. Penelitian ini memakai pendekatan kuantitatif dengan penelitian lapangan (field research) dan literatur. Sampel diambil dengan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*, pengumpulan data memakai metode skala dengan pendekatan skala likert. Dalam pengumpulan data peneliti menggunakan skala tawakal dan *adversity quotient*. Metode

analisis yang pakai ialah teknik analisis deskriptif serta teknik analisis regresi linier sederhana, dengan menggunakan SPSS versi 16.0 for *windows*. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa tingkat tawakal pada santri pondok pesantren al-Ishlah rata-rata berada pada kategori sedang dengan presentase 90,6% (48 santri). Sedangkan tingkat *adversity quotient* pada santri al-Ishlah juga berada pada kategori sedang dengan prosentase 92,4% (49 santri). Pengaruh tawakal terhadap *adversity quotient* pada santri al-Ishlah didasarkan pada nilai p-value dari hasil uji F, yaitu diperoleh nilai $F=27,054$ dengan taraf signifikansi 0,000 ($p\text{-value} < 0,01$). Maka hal ini membuktikan hipotesis diterima. Sedangkan besarnya pengaruh antara variabel tawakal terhadap *adversity quotient* bisa dilihat dari analisis regresi linier sederhana yang ditunjukkan dengan koefisien determinan R^2 sebesar 0,347 (34,7%). Yang mana sumbangan efektif $R^2 \times 100\%$ yang disumbangkan oleh variabel tawakal terhadap variabel *adversity quotient* sebesar 34,7%. Sedangkan sisanya yaitu 65,3% dipengaruhi oleh variabel-variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini atau diakibatkan hal lain di luar model.⁴⁷ Perbedaan yang didapatkan dengan penelitian ini ialah berada pada variabel *Adversity Quotient*, subjek penelitian yang ingin diteliti dan metode sampling yang digunakan. Persamaan yang didapat dengan penelitian ini ialah berada pada variabel tawakal dan metode penelitian kuantitatif.

⁴⁷Ningsih, "Skripsi Pengaruh Tawakal Terhadap Adversity Quotient Pada Santri Pondok Pesantren Al-Ishlah Mangkang Kulon Tugu Semarang."

2. Jurnal penelitian oleh Ardina Shulhah Putrid an Qurotul Uyun dan Universitas Islam Indonesia tahun 2017 dengan judul “Hubungan Tawakal dan Resiliensi pada Santri Remaja Penghafal Al-Qur’an di Yogyakarta”. Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tawakal dan resiliensi pada santri remaja penghafal Al-Qur’an. Penelitian ini memakai pendekatan kuantitatif dan metode pengumpulan data memakai *self-report* berupa kuesioner. Hasil analisis memperlihatkan koefisien korelasi antara tawakal dan resiliensi sebesar = 0,33 dengan signifikansi 0,00 ($p < 0,05$). Dari data memperlihatkan adanya hubungan positif signifikan antara tawakal dan resiliensi yang artinya tingkat tawakal subjek sejalan dengan tingkat resiliensi subjek. Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa tingkat tawakal yang dimiliki subjek menyumbang 11,15% pada proses meningkatkan resiliensi.⁴⁸ Perbedaan yang didapatkan dengan penelitian ini adalah terletak pada subjek yang ingin diteliti. Persamaan yang didapatkan adalah dua variabel yang diangkat yaitu Tawakal dan Resiliensi dan juga metode penelitian yang digunakan berupa metode penelitian kuantitatif.
3. Jurnal penelitian oleh Yeni Eka Cahyani dan Sari Zakiah Akmal dari Fakultas Psikologi Universitas YARSI tahun 2017, dengan judul “Peranan Spiritualitas Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi”. Adapun tujuan dalam penelitian ini ialah agar mengetahui peranan spiritualitas terhadap resiliensi pada mahasiswa yang

⁴⁸Ardina Shulhah Putri dan Qurotul Uyun, “Hubungan Tawakal dan Resiliensi Pada Santri Remaja Penghafal Al-Qur’an di Yogyakarta,” 77–87.

sedang mengerjakan skripsi. Penelitian ini memakai pendekatan kuantitatif dengan memakai alat ukur CD-RISC (mengukur resiliensi) serta SAIL (mengukur spiritualitas) yang sudah diadaptasi. Penelitian ini melibatkan 150 sampel, yang diperoleh dengan memakai teknik *incidental sampling*. Hasil uji regresi menunjukkan bahwa spiritualitas berperan signifikan terhadap resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sebesar 12%.⁴⁹ Perbedaan dengan penelitian ini adalah pada variabel spiritualitas yang umum maka pada penelitian ini variabel yang digunakan lebih khusus yaitu tawakal. Persamaan dengan penelitian ini adalah terletak pada variabel yang dipakai yaitu resiliensi, subjek yang ingin diteliti tentang mahasiswa dan metode penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian kuantitatif.

4. Skripsi dari Ifnu Nurhakim tentang Hubungan Tawakal Dengan Stres Mahasiswa Jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin Dalam Penyusunan Skripsi, pada tahun 2018. Tujuan pada penelitian ini ialah 1) agar mengetahui tingkat tawakal mahasiswa jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin dalam penyusunan skripsi, 2) agar mengetahui tingkat stres mahasiswa jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin dalam penyusunan skripsi, 3) agar mengetahui apakah ada hubungan tawakal dengan stres mahasiswa

⁴⁹Cahyani dan Akmal, "Peranan Spiritualitas Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi."

jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin dalam penyusunan skripsi. Penelitian ini adalah penelitian lapangan dengan pendekatan kuantitatif. Alat pengumpulan data berupa skala Likert dan teknik sampling yang dipakai ialah *purposive sampling* dengan jumlah subjek sebanyak 64 mahasiswa. Analisis data memakai uji korelasi dengan bantuan *software SPSS for windows 21.0*. hasil data kuantitatif menunjukkan bahwa tawakal berada di kategori sedang (72,1%) dan stres mahasiswa dalam penyusunan skripsi berada di kategori sedang (74,4%). Berdasarkan hasil analisis uji korelasi dengan memakai teknik *pearson product moment* diperoleh nilai r hitung sebesar $-0,645$ dengan p value $0,000$ sementara nilai r tabel pada taraf signifikansi 5% dengan $N=43$ sebesar $0,301$ sebab nilai r hitung yang diperoleh $(-0,645) >$ nilai r tabel (sig 5%; $N = 43$) (p value $<0,05$), menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tawakal dengan stres mahasiswa dalam penyusunan skripsi. Hal ini membuktikan semakin tinggi tingkat tawakal, maka akan makin rendah tingkat stres mahasiswa jurusan Psikologi Islam dalam penyusunan skripsi.⁵⁰ Perbedaan dari penelitian ini dengan penelitian yang sedang dilakukan adalah Ifnu Nurhakim membahas hubungan tawakal dengan stres mahasiswa jurusan psikologi islam sedangkan pada penelitian ini variabel terikat yang digunakan berupa resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan subjek penelitian mencakup seluruh jurusan

⁵⁰Nurhakim, "Hubungan Tawakal Dengan Stres Mahasiswa Jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin Dalam Penyusunan Skripsi."

yang ada di fakultas ushuluddin dan humaniora. Persamaan dengan penelitian saat ini adalah jenis pendekatan dan variabel bebas yang digunakan yaitu, pendekatan kuantitatif dan variabel bebasnya berupa tawakal. Penelitian skripsi dari Rafiq Adli dari Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Yogyakarta pada tahun 2020 dengan Judul “Tawakal dan Resiliensi pada Remaja Panti Asuhan Yogyakarta”. Adapun tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara tawakal dengan resiliensi pada remaja panti asuhan di Yogyakarta. Pengambilan hipotesis penelitian ini diuji menggunakan pengambilan data dengan skala resiliensi (Cornor & Davidson, 2003) dan skala tawakal (Sartika dan Kurniawan, 2014) terhadap 104 remaja panti asuhan di sekitar Yogyakarta. Hasil analisis yang diperoleh nilai koefisien sebesar 0,048 dengan koefisien signifikan 0,00 ($p < 0,05$). Data yang diperoleh menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara tawakal dan resiliensi, yang artinya bahwa tingkat tawakal pada subjek mempengaruhi resiliensi subjek. Tawakal memberikan kontribusi sebesar 23% terhadap resiliensi pada remaja di panti asuhan Yogyakarta.⁵¹ Perbedaan yang didapatkan dari penelitian ini terletak pada subjek yang ingin diteliti. Sedangkan untuk persamaannya terletak pada kedua variabel yang digunakan, yaitu tawakal dan resiliensi. Persamaan lainnya terletak dari metode penelitian yang digunakan yaitu sama-sama menggunakan metode penelitian kuantitatif.

⁵¹Adli, “Skripsi - Tawakal dan Resiliensi Pada Remaja Panti Asuhan Yogyakarta.”

Secara keseluruhan semua penelitian yang telah dilampirkan di atas berbeda dengan penelitian yang sedang dilakukan oleh peneliti.

G. Hipotesis Penelitian

Menurut Sugiyono hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah yang ada dalam penelitian, yang didasarkan pada teori yang relevan belum didasarkan dalam jawaban empirik melalui pengumpulan data.⁵²

Berdasarkan dari latar belakang dan penelitian terdahulu maka hipotesis dari penelitian ini adalah, sebagai berikut:

Ho: Tidak ada kontribusi *tawakal* dengan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

Ha: Ada kontribusi *tawakal* dengan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

H. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dalam penelitian ini terdiri dari lima bab yang secara singkat dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Bab pertama ialah pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, definisi operasional, signifikansi penelitian, penelitian terdahulu, hipotesis, serta sistematika penulisan.

⁵²Sugiyono, "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D" (Bandung: Alfabeta, 2015), 64.

2. Bab kedua adalah kajian teori dan kerangka berpikir yang menjelaskan tentang teori-teori terkait dengan variabel dalam penelitian ini. Yang mana variabel yang diangkat dalam penelitian ini adalah tawakal dan resiliensi.
3. Bab ketiga adalah metode penelitian. Pembahasan dalam bab ini berisi tentang jenis penelitian yang dilakukan yaitu dengan pendekatan metode kuantitatif, lokasi penelitian, subjek dan objek penelitian, populasi dan sampel, pengumpulan data, instrument penelitian, validitas dan reliabilitas, analisis data, prosedur penelitian dan tahap penyusunan laporan.
4. Bab keempat adalah hasil penelitian dan pembahasan. Yang membahas tentang laporan hasil penelitian, gambaran umum lokasi penelitian, uji validitas dan reliabilitas, pelaksanaan penelitian, analisis data penelitian, dan pembahasan yang terkait dengan masalah dalam penelitian ini.
5. Bab lima adalah penutup. Bab ini memuat simpulan dan rekomendasi yang dijabarkan oleh peneliti berdasarkan penelitian yang sudah diuraikan dalam bab-bab sebelumnya.