

## ABSTRAK

**Laila Fathurohmah**, 190103040455. *Tingkat Ruminasi pada Mahasiswa Semester Akhir yang Sedang Menyusun Skripsi di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin* Pembimbing: Widiya Aris Radiani, M. Psi Psikolog, pada Program Studi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, UIN Antasari Banjarmasin. 2023.

### **Kata kunci: Ruminasi, Mahasiswa, Tingkat**

Proses menyelesaikan skripsi yang tidak mudah membuat mahasiswa menganggap skripsi sebagai tekanan bahkan menjadi *stressor*. Saat kondisi psikologis dalam keadaan tertekan dan tidak nyaman maka individu akan merenungkan apa yang sedang terjadi dengan dirinya. Ruminasi merupakan pemikiran berulang mengenai penyebab, konsekuensi, dan gejala afek negatif yang muncul akibat adanya tekanan atau *stressful event*. Dimensi ruminasi yaitu *brooding*, *reflection*, dan *depression-related*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat ruminasi mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi yang ditinjau dari usia dan jenis kelamin

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling insidental. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi sebanyak 326 subjek. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala ruminasi yang diadaptasi oleh Ellen Gauw dengan model penskalaan *likert*.

Hasil penelitian ini diketahui 1) tingkat ruminasi mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi berada pada kategori rendah dengan persentase 17,5%, kategori sedang dengan persentase 73,6%, dan kategori tinggi dengan persentase 8,9%, serta aspek pembentukan ruminasi yang paling berperan adalah aspek *depressive-related* sebesar 56%. 2) Dilihat berdasarkan usia, mahasiswa yang berusia 20 tahun hingga 22 tahun mengalami ruminasi lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang berusia 23 tahun hingga 25 tahun. 3) Berdasarkan jenis kelamin, didapatkan hasil bahwa ruminasi yang dialami mahasiswa perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.