

**PENGARUH KECEMASAN MENGHADAPI SKRIPSI
TERHADAP *MENTAL HEALTH* PADA MAHASISWA
AKHIR FAKULTAS DAKWAH, USHULUDDIN
DAN PSIKOLOGI ANGKATAN 2020**

SKRIPSI

OLEH
MUHAMMAD NAILUR RIFQIL HAKIM
NPM. 20.06.0.0427



**UNIVERSITAS ISLAM TRIBAKTI (UIT) LIRBOYO KEDIRI
FAKULTAS DAKWAH, USHULUDDIN DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
AGUSTUS 2024**

**PENGARUH KECEMASAN MENGHADAPI SKRIPSI
TERHADAP *MENTAL HEALTH* PADA MAHASISWA
AKHIR FAKULTAS DAKWAH, USHULUDDIN
DAN PSIKOLOGI ANGKATAN 2020**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Tribakti (UIT) Lirboyo Kediri
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program
Sarjana Psikologi Islam (S.Psi)

OLEH

MUHAMMAD NAILUR RIFQIL HAKIM
NPM. 20.06.0.0427

**UNIVERSITAS ISLAM TRIBAKTI (UIT) LIRBOYO KEDIRI
FAKULTAS DAKWAH, USHULUDDIN DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
AGUSTUS 2024**

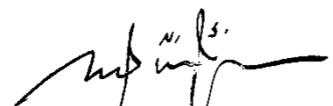
PERSETUJUAN PEMBIMBING

PENGARUH KECEMASAN MENGHADAPI SKRIPSI TERHADAP *MENTAL HEALTH* PADA MAHASISWA AKHIR FAKULTAS DAKWAH, USHULUDDIN DAN PSIKOLOGI ANGKATAN 2020

MUHAMMAD NAILUR RIFQIL HAKIM
NPM. 20.060.0427

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Kediri, 1 Juli 2024
Pembimbing



(Dr. Nasrul Syarif, M. Si.)
NIDN. 2117107301

PENGESAHAN SKRIPSI

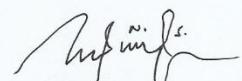
PENGESAHAN SKRIPSI

PENGARUH KECEMASAN MENGHADAPI SKRIPSI TERHADAP MENTAL HEALTH PADA MAHASISWA AKHIR FAKULTAS DAKWAH, USHULUDDIN DAN PSIKOLOGI ANGKATAN 2020

MUHAMMAD NAILUR RIFQIL HAKIM
NPM. 20.06.0.0427

Telah dimunaqasahkan di depan Sidang Munaqasah Universitas Islam Tribakti
(UIT) Lirboyo Kediri
Pada Tanggal, 7 Agustus 2024

Ketua



Dr. Nasrul Svarif, M.Si
NIDN. 2117107301

Sekertaris



Mentari Marwa, S.Kep., MA
NIDN. 2110058903

Tim Pengaji

1. Pengaji Utama
Beti Malia Rahma Hidayati
M.Psi.
NIDN. 2109079003
2. Pengaji I
Dr. Nasrul Svarif, M.Si
NIDN. 2117107301
3. Pengaji II
Mentari Marwa, S.Kep., MA
NIDN. 2110058903

Kediri, 7 Agustus 2024



MOTTO

“ Keinginan untuk bertanggung jawab atas hidup kita sendiri, kebutuhan untuk mengontrol lahir dalam diri kita masing-masing. Sangat penting untuk kesehatan mental dan kesuksesan, bahwa kita mengambil kendali.”

~Robert Foster Bennett¹~

¹ *Robert Foster Bennett*, Senator Amerika Serikat 3 Januari 1993 – 3 Januari 2011.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillāhirrohmānirrohīm

Skripsi ini ditulis untuk dipersembahkan kepada:

1. Abah Sulbi dan Umi Lailatul Ma'rufah yang sudah mendo'akan, mendidik, membimbing, mengarahkan, membiayai dan mencukupi semua kebutuhan penulis dari sekolah dasar hingga ke jenjang perguruan tinggi dan penulis dapat menyelesaiannya secara tepat waktu. Tanpa adanya beliau penulis tidak akan mengerti arti dari sebuah pendidikan. Semoga Allah SWT memberikan curahan kasih sayang dan membalas semua jerih payah dan kebaikan beliau dengan balasan terbaik di dunia hingga di akhirat kelak. Aamiin.
2. Untuk adik tercinta dan seluruh keluarga penulis yang telah memberikan dukungan positif kepada penulis hingga dapat terselesaiannya skripsi ini dengan tepat waktu. Semoga Allah SWT memberikan balasan yang terbaik untuk kalian semua. Aamiin.
3. Untuk K.H. Ahmad Mahin Thoha beserta keluarga yang telah menerima penulis untuk mengenyam pendidikan di Pesantren Lirboyo Unit Darussalam serta selalu mendidik, mendo'akan dan membimbing para santri dengan kajian agama hingga tercapai apa yang diharapkan oleh santri. Semoga Semoga Allah SWT selalu memberikan kesehatan dan kasih sayang kepada beliau. Aamiin.
4. Untuk seluruh dewan mustahiq madrasah Ihya' Ulumiddin Pondok Pesantren Lirboyo Unit Darussalam, terkhusus kepada mustahiq yang telah mengajar, mendidik penulis dari kelas ula hingga ulya, tanpa beliau penulis tidak akan pernah dapat mengetahui ilmu agama hingga saat ini. Semoga Allah SWT

memberikan ilmu Nya tanpa disangka-sangka kepada beliau serta membala jasa beliau. Aamiin.

5. Untuk seluruh teman-teman psikologi angkatan 2020 yang telah memberikan warna dalam hidup penulis serta saling mensupport satu sama lain. Dan teman-teman darussalam angkatan 2020 yang mau mendukung, saling berbagi suka dan duka dari awal kuliah hingga wisuda bersama.
6. Terakhir kalinya skripsi ini dipersembahkan kepada penulis sebagai bentuk apresiasi yang telah memberikan seluruh waktunya, kerja keras serta memprioritaskan skripsi dari pada yang lain hingga dapat terselesaikannya skripsi ini dengan tepat waktu.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat kepada penulis maupun semua orang. Aamiin.

Kediri, 16 Juli 2024

Muhammad Nailur Rifqil Hakim

KATA PENGANTAR

Bismillāhirrohmānirrohīm

Alhamdulillah puji syukur kehadirat Allah yang telah memberikan nikmat kesehatan dhohir maupun batin, nikmat akal sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir dengan baik serta tepat waktu. Tanpa Allah peneliti bukanlah apa-apa di dunia ini dan karena Nya peneliti dapat menyelesaikan seluruh pekerjaan yang ada hingga masalah yang peneliti alami. Shalawat serta salam tak lupa selalu dihaturkan kepada baginda Nabi Muhammad, satu-satunya nabi yang mampu membawa umat dari zaman kesesatan hingga zaman yang penuh dengan keceriaan dan penuh ilmu ini. Lantaran shalawat dan salam semoga umat beliau selalu mendapat keberkahan serta mendapatkan syafa'at di hari kiamat nanti. Alhamdulillah puji syukur yang tiada hentinya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Kecemasan Menghadapi Skripsi terhadap *Mental Health* pada Mahasiswa Akhir Fakultas Dakwah, Ushuluddin dan Psikologi Angkatan 2020”.

Skripsi ini disusun dan diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program pendidikan akhir strata 1 Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Tribakti (UIT) Lirboyo Kediri. Penggerjaan skripsi tidak akan selesai tanpa adanya kerja keras, di sisi lain skripsi tidak akan terbentuk tanpa adanya bantuan dari pihak-pihak yang turut membantu hingga terselesaiannya karya ini, diucapakan banyak terima kasih. Semoga Allah membala semua kebaikan dan jasa beliau. Aamiin. Berikut pihak yang telah membantu:

1. K.H. Abdullah Kafabihi Mahrus selaku ketua senat Universitas Islam Tribakti

Lirboyo Kediri.

2. Dr. KH. Reza Ahmad Zahid, Lc., MA. selaku Rektor Universitas Islam Tribakti (UIT) Lirboyo Kediri yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan pendidikan.
3. Arina Rohmatul Hidayah, M.A selaku Dekan Fakultas Dakwah, Ushuluddin, dan Psikologi Universitas Islam Tribakti (UIT) Lirboyo Kediri.
4. Dr. Nasirul Syarif, M. Si selaku dosen pembimbing yang telah mencerahkan waktunya, dengan sabar membimbing peneliti hingga dapat terselesaikan karya ilmiah ini.
5. Kepada Dekan Fakultas Dakwah Ushuluddin dan Psikologi yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian kepada peneliti di Fakultas Dakwah, Ushuluddin dan Psikologi.
6. Kepada seluruh staf dan dosen yang telah mengajar peneliti, membimbing, memberikan ilmu nya kepada peneliti sehingga peneliti memperoleh ilmu yang bermanfa’at dan berguna.
7. Kepada kedua orang tua peneliti yang telah memberikan kesempatan pada peneliti untuk mengenyam pendidikan dan mewujudkan cita-cita yang peneliti impikan.
8. Kepada adik peneliti dan seluruh keluarga peneliti yang telah memberikan dukungan, motivasi dan do’ā dalam setiap langkah peneliti.
9. Seluruh mahasiswa psikologi angkatan 2020 yang saling mendukung, saling berbagi suka duka dan saling berbagi semangat dalam belajar di kampus Universitas Islam Tribakti Lirboyo Kediri.

10. Seluruh mahasantri Ponpes Lirboyo Unit Darussalam angkatan 2020 yang telah memberikan warna, saling mendukung, hingga saling membantu dalam menyelesaikan permasalahan yang hadir dalam kehidupan di pondok.
11. Kepada seluruh pihak yang telah membantu peneliti, yang tidak dapat disebutkan satu persatu tidak mengurangi rasa terimakasih atas jasa yang telah diberikan. Sehingga karya ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

Semoga Allah membala semua kebaikan atas jasa, dukungan dan do'a yang telah diberikan, peneliti hanya dapat mendo'akan dan tidak dapat memberikan sesuatu. Cukuplah Allah sebaik-baiknya pembalas. Peneliti sadari dari karya ilmiah ini penuh dengan kekurangan serta jauh dari kelebihan. Peneliti hanya berharap penelitian ini dapat bermanfa'at bagi semua orang, khususnya bagi peneliti sendiri.

Kediri, 16 Juli 2024

Muhammad Nailur Rifqil Hakim

DAFTAR TRANSLITERASI

Transliterasi Arab-Indonesia Universitas Islam Tribakti Lirboyo Kediri adalah sebagai berikut:

| Arab | Indonesia | Arab | Indonesia |
|------|-----------|------|-----------|
| ا | ' | ط | ṭ |
| ب | B | ظ | ẓ |
| ت | T | ع | , |
| ث | Th | غ | Gh |
| ج | J | ف | F |
| ح | h | ق | Q |
| خ | Kh | ك | K |
| د | D | ل | L |
| ذ | Dh | م | M |
| ر | R | ن | N |
| ز | Z | و | W |
| س | S | ة | H |
| ش | Sh | ء | ‘ |
| ص | ṣ | ي | Y |
| ض | ḍ | | |

Untuk menunjukkan bunyi hidup panjang (*mad*), maka caranya dengan menuliskan coretan horizontal (*macron*) di atas huruf, seperti ā, ī, dan ū (ا, ي, dan و). Bunyi huruf dobel (*diphthong*) arab ditransliterasikan dengan menggabungkan dua huruf “ay” dan “aw”), seperti *layyinah*, *lawwāmah*. Kata yang berakhiran *tā’ marbūah* dan berfungsi sebagai *ifah (modifier)* atau *mu āf ilayh* ditransliterasikan dengan “ah”, sedangkan yang berfungsi sebagai *mu āf* ditransliterasikan dengan “at”.