

ABSTRAK

HAKIM, MUHAMMAD NAILUR RIFQIL. (2024): *Pengaruh Kecemasan Menghadapi Skripsi Terhadap Mental Health pada Mahasiswa Akhir Fakultas Dakwah, Ushuluddin dan Psikologi Angkatan 2020*, Psikologi Islam, Dakwah, Ushuluddin, dan Psikologi, UIT Lirboyo Kediri, Dosen Pembimbing Dr. Nasirul Syarif, M. Si.

Kata Kunci: Kecemasan Menghadapi Skripsi, *Mental Health*, Mahasiswa Akhir.

Skripsi merupakan karya tulis ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa akhir, sebagai persyaratan pendidikan akhir akademiknya. Pengerjaan skripsi tidaklah mudah, Proses pengerjaan skripsi tidak lepas dari permasalahan dan kesulitan yang dialami oleh mahasiswa, banyak permasalahan dan kesulitan bagi mahasiswa dalam pengerjaan skripsi membuat skripsi nya terhambat untuk selesai secara tepat waktu. Serta kesulitan yang dirasakan mahasiswa akhir sering dianggap beban menjadikan pikiran penuh dengan hal negatif, semakin lama tidak diatasi dapat mengakibatkan timbulnya kecemasan. Kecemasan terjadi pada setiap orang dalam kondisi tertentu. Kecemasan dapat menguntungkan bagi mahasiswa akhir ketika memiliki kognitif yang positif, sebab kognitif positif akan berbuah motivasi yang mendorong mahasiswa akhir untuk mengerjakan skripsi dengan segera.

Dari uraian diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut: (1) Bagaimana kecemasan menghadapi skripsi pada mahasiswa akhir? (2) Bagaimana *mental health* pada mahasiswa akhir? (3) Apakah ada pengaruh kecemasan menghadapi skripsi terhadap *mental health*?

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jumlah 80 sampel mahasiswa akhir fakultas dakwah, ushuluddin dan psikologi angkatan 2020. Sampel ini diambil dengan menggunakan teknik sampling acak atau random sampling. Pengumpulan data menggunakan instrumen (1) skala kecemasan menghadapi skripsi dengan nilai reliabilitas 0,895 dan (2) skala *mental health* dengan nilai reliabilitas 0,817. Teknik analisis data menggunakan uji regresi linear sederhana dengan bantuan *software SPSS versi 16 for Windows*.

Hasil penelitian ini yaitu: (1) Tingkat kecemasan menghadapi skripsi berada pada kategori sedang yaitu sebesar 63% dan pada kategori rendah sebesar 36%. (2) Tingkat *mental health* berada pada kategori sedang 74% dan pada kategori tinggi sebesar 23%. (3) Terdapat pengaruh pada variabel kecemasan menghadapi skripsi terhadap variabel *mental health* pada mahasiswa akhir fakultas dakwah, ushuluddin dan psikologi angkatan 2020 dengan besar kontribusi $0,002 < 0.05$ dan nilai r 34,5%. Artinya H_a diterima dan H_o ditolak.

ABSTRAC

HAKIM, MUHAMMAD NAILUR RIFQIL. (2024): The Influence of Anxiety Facing a Thesis on Mental Health in Final Students of The Faculty of Dakwah, Ushuluddin and Psychology Class of 2020, Islamic Psychology, Dakwah, Ushuluddin, and Psychology, UIT Lirboyo Kediri, Supervisor Dr. Nasirul Syarif, M. Si.

Keywords: Anxiety Facing Thesis, Mental Health, Final Students.

A thesis is a scientific paper that must be written by final students, as a requirement for their final academic education. Working on a thesis is not easy, the process of working on a thesis is not free from problems and difficulties experienced by students, many problems and difficulties for students in working on a thesis make it difficult for the thesis to be completed on time. And the difficulties experienced by final students are often considered a burden, making the mind full of negative things, the longer they are not resolved, the longer they can cause anxiety. Anxiety occurs in everyone under certain conditions. Anxiety can be beneficial for final students when they have positive cognitive, because positive cognitive will result in motivation that encourages final students to work on their thesis immediately.

From the description above, the research problem can be formulated as follows: (1) What is the anxiety about facing a thesis among final students? (2) What is the mental health of final students? (3) Is there an influence of anxiety about facing a thesis on mental health?

This research is a quantitative study with a sample of 80 final students at faculty dakwah, ushuluddin and psychology class of 2020. This sample was taken using random sampling techniques. Data were collected using the instruments (1) anxiety scale for facing the thesis with a reliability value of 0.895 and (2) mental health scale with a reliability value of 0.817. The data analysis technique uses a simple linear regression test with the help of SPSS version 16 for Windows software.

The results of this research are: (1) The level of anxiety facing the thesis is in the medium category, namely 63% and in the low category, it is 36%. (2) The level of mental health is in the medium category at 74% and in the high category at 23%. (3) There is an influence on the anxiety variable facing the thesis on the mental health variable in final students at faculty dakwah, ushuluddin and psychology class of 2020 with a contribution of $0.002 < 0.05$ and an r value of 34.5%. This means H_a is accepted and H_o is rejected.