

ABSTRAK

Rahmadila Dania Putri, 1201040131, 2025 : “Pengaruh Tawakal Terhadap *Hardiness* Pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan 2020 dalam Menghadapi Skripsi”

Skripsi menjadi salah satu tantangan besar bagi mahasiswa tingkat akhir, yang dapat memicu tekanan akademik dan psikis. *Hardiness* berperan penting dalam keberhasilan mereka, termasuk komitmen, kontrol, dan sikap positif terhadap tantangan. Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi 2020 menunjukkan *hardiness* yang baik, didukung oleh nilai tawakal sebagai sumber kekuatan. Berbeda dengan pandangan Barat, observasi menunjukkan bahwa tawakal justru memperkuat ketangguhan mental. Penelitian ini mengkaji pengaruh tawakal terhadap *hardiness* dalam menyelesaikan skripsi, untuk memahami kontribusi aspek spiritual dalam ketahanan akademik dan mental mahasiswa.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tawakal pada mahasiswa tasawuf dan psikoterapi angkatan 2020 dalam menghadapi skripsi, lalu mengetahui gambaran *hardiness* pada mahasiswa tasawuf dan psikoterapi angkatan 2020 dalam menghadapi skripsi, serta untuk mengetahui apakah tasawuf berpengaruh atau dapat memprediksi *hardiness* pada mahasiswa tasawuf dan psikoterapi angkatan 2020 dalam menghadapi skripsi sebagai sebuah tantangan akademik.

Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan regresi sederhana yaitu untuk mengetahui apakah variabel bebas tawakal, dapat memengaruhi variabel terikat *hardiness*. Dengan melibatkan pengujian validitas dan reabilitas, lalu analisis statistik deskriptif, uji normalitas, linearitas, korelasi, dan pengujian paling inti dalam penelitian ini, yaitu uji regresi linear sederhana dan koefisien determinasinya.

Teori utama tawakal dengan merujuk pada teori Ibnu Qayyim yang menyatakan tawakal sebagai bentuk kepercayaan penuh kepada Allah, dan menjadikan Allah sebagai perwakilan terbaik dan satu-satunya. Lalu *hardiness* yang dilandasi oleh teori Kobasa dan Maddi yang menyatakan bahwa *hardiness* merupakan bentuk kepribadian yang tangguh terhadap tantangan dan stressor, juga bentuk keberanian eksistensial. Terdiri dari komitmen, kontrol dan tantangan.

Hasil yang didapati dari penelitian ini adalah menunjukkan bahwa mayoritas yaitu 82% mahasiswa tasawuf dan psikoterapi angkatan 2020 dalam menghadapi skripsi memiliki ketawakalan yang tinggi. Dan lebih dari setengah atau sebagian yaitu 59% juga memiliki kepribadian *hardiness* yang tinggi juga. Pengujian regresi linear menunjukkan bahwa tawakal berpengaruh positif dan signifikan terhadap *hardiness* dengan nilai signifikansi 0,00 ($< 0,005$) dan koefisien regresi 0,398, yang berarti setiap peningkatan 1% dalam tawakal akan meningkatkan *hardiness* sebesar 0,398. Selain itu, hasil uji koefisien determinasi (R^2) menunjukkan bahwa tawakal memengaruhi *hardiness* sebesar 46,4%, sedangkan 53,6% dipengaruhi oleh faktor lain. Temuan ini menegaskan bahwa tawakal bukan hanya sikap pasif, tetapi juga nilai yang mendorong ketahanan dalam menghadapi tekanan akademik.

Kata Kunci : *Hardiness*; Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi; Skripsi; Tawakal